

LA SALUTE NEL MOVIMENTO

Anno 2026-2027

**Attività motoria
per persone
dai 65 anni**

Dal 1989
ci prendiamo cura
del tuo benessere



**ATTIVITÀ
DI GRUPPO**



**INSEGNANTI
QUALIFICATI**



**VALUTAZIONE
DELLO STATO DI SALUTE**



**DA OTTOBRE
A MAGGIO**



**VICINO A CASA TUA
ED ECONOMICO**



**NELLE
PALESTRE
DELLA
TUA CITTÀ**



Aperte le iscrizioni
2026-2027



muoversi insieme,
star bene ogni giorno

CALENDARIO ISCRIZIONI 2026/2027

CIRCOSCRIZIONE 1^

Venerdì 02.10.2026	Sala Lodi via San Giovanni in Valle, 13 B dalle 9.15 alle 13.00	CUS Verona tel. 045 8425170 - 8425148 doriana.rudi@univr.it
-------------------------------------	---	---

CIRCOSCRIZIONE 2^

Martedì 29.09.2026	Sede UISP via Villa, 25 dalle 9.15 alle 12.30 (per palestre Casa Anziani Parona, Pisano Avesa e Neghelli)	UISP Verona cell. 348 5534269 verona@uisp.it
Mercoledì 30.09.2026	Sede UISP via Villa, 25 dalle 9.15 alle 12.30 (per palestre Battisti e Fraccaroli) dalle 14.30 alle 16.30 (per palestre Provolo e Farinata degli Uberti a Quinzano)	UISP Verona cell. 348 5534269 verona@uisp.it

CIRCOSCRIZIONE 3^

Mercoledì 16.09.2026	Sala Consiliare via Sogare, 3 dalle 8.00 alle 13.00 (per Casetta Maritati)	ASD Gioco e Sport cell. 347 7055909 giocoescort@virgilio.it	CUS Verona tel. 045 8425170 - 8425148 doriana.rudi@univr.it
Martedì 22.09.2026	Sala Consiliare via Sogare, 3 dalle 9.00 alle 13.00 (per Pala Magis ex AGSM Chiot) dalle 14.30 alle 17.00 (per palestra Romagnoli)	ASD Gioco e Sport cell. 347 7055909 giocoescort@virgilio.it	CUS Verona tel. 045 8425170 - 8425148 doriana.rudi@univr.it
Giovedì 24.09.2026	Sala Consiliare via Sogare, 3 dalle 9.00 alle 13.00 (per palestre Pertini, Dall'Oca Bianca e Auditorium Saval) dalle 14.30 alle 17.00 (per Sala conferenze Stadio)	ASD Gioco e Sport cell. 347 7055909 giocoescort@virgilio.it solo al mattino	CUS Verona tel. 045 8425170 - 8425148 doriana.rudi@univr.it mattino e pomeriggio
Venerdì 25.09.2026	Sala Consiliare via Sogare, 3 dalle 9.00 alle 13.00 (per palestre Sala Polifunzionale Chievo, Vilio e Sala conferenze Borgo Nuovo)		CUS Verona tel. 045 8425170 - 8425148 doriana.rudi@univr.it

CIRCOSCRIZIONE 4^

Lunedì 28.09.2026	Sala Consiliare via Tevere, 38 dalle 8.30 alle 13.00	Zeta Dieci cell. 393 0504118 zetadieci-verona@gmail.com
------------------------------------	--	---

CIRCOSCRIZIONE 5^

Lunedì 14.09.2026	Sala Civica di Cadidavid piazza Roma, 6 dalle 15.00 alle 17.00	ASD Pallavolo Antares cell. 320 0652758 info@pallavoloantares.it
Martedì 15.09.2026	Sala Consiliare via Benedetti, 26 B dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 15.00 alle 17.30	

CIRCOSCRIZIONE 6^

Giovedì 01.10.2026	Centro Tommasoli via Perini, 7 dalle 9.15 alle 13.00 dalle 14.30 alle 16.30	UISP Verona tel. 045 8348700 cell. 348 5534269 verona@uisp.it
-------------------------------------	--	--

CIRCOSCRIZIONE 7^

Mercoledì 17.09.2026	Palestrina Scuola Fava Porto San Pancrazio via Marconcini, 3 ingresso da via Panardo dalle 14.30 alle 17.30	Zeta Dieci cell. 393 0504118 zetadieci-verona@gmail.com
---------------------------------------	---	---

CIRCOSCRIZIONE 8^

Lunedì 05.10.2026	Centro culturale di Montorio piazza delle Penne Nere, 2 dalle 9.00 alle 12.30 Palazzetto Novaglie piazzetta Vittorio Tremante 1 dalle 14.30 alle 17.00	SSD ProgettòxGioco cell. 328 3056785 ortolaniandrea64@gmail.com
------------------------------------	---	---

Modalità di iscrizione

Saranno iscritte con priorità le persone dai 65 anni di età e residenti nel Comune di Verona. Limitatamente ai posti disponibili potranno essere ammessi i non residenti over 65, e solo successivamente, in caso di posti vacanti, le persone dai 55 ai 64 anni residenti nel Comune di Verona.

Il costo è pari a € 125 (inclusi € 6 per la valutazione dello stato di salute e assicurazione) per l'intero corso.
Sono previste due lezioni settimanali della durata di 1 ora, da ottobre 2026 a maggio 2027.

Periodo/Durata	Frequenza	Costi	Requisiti	Note
55 Lezioni tra Ottobre e Maggio	2 volte alla settimana Lezioni di 1 ora ciascuna	€ 125	Over 65 residenti nel Comune di Verona. Limitatamente ai posti disponibili potranno essere ammessi i non residenti over 65, e solo successivamente le persone tra 55 e i 64 anni di età.	Eventuali richieste diverse verranno valutate ed eventualmente accolte

Recupero

Per coloro che non possono essere presenti nelle giornate sopra indicate si attivano i seguenti appuntamenti:

- Mercoledì**
07.10.2026

Sala Lodi
Via San Giovanni in Valle, 13 B
dalle 9.15 alle 12.30
- Mercoledì**
14.10.2026

Sala Lodi
Via San Giovanni in Valle, 13 B
dalle 9.15 alle 12.30
- Tutti i giovedì**
di ottobre e
fino al 15
novembre

Palazzetto Gavagnin
da Via Bodoni o da Via Montelungo 6
dalle 10.00 alle 12.00
previo appuntamento allo 045 8425148