

e-bike

Dove siamo



ALLA PISCINA VALGERSA CI SARÀ LA POSSIBILITÀ DI NOLEGGIARE LE E-BIKE

Centro Sportivo Valgersa
Via Centro Sportivo 1
6942 Savosa

Ufficio centro sportivo: +41 (0)91 966 53 41
Informazioni e prenotazioni ristorante: +41 (0)79 371 81 26

email: info@valgersa.ch
www.valgersa.ch

Centro Sportivo Valgersa

EVENTI in collaborazione con **PROGETTO GIOVANI MASSAGNO**

SCAMBIO FIGURINE EURO 2016

Dalle 17:00 alle 19:00



MERCOLEDÌ 15 GIUGNO

MARTEDÌ 21/28 GIUGNO

MERCOLEDÌ 6 LUGLIO

TORNEO DI FRECCETTE

Con ricchi premi!

DOMENICA 10 LUGLIO

Angelo Bellandi
Animatore giovanile
tel: +41 (0)91 960 35 13
animatore@massagno.ch
 Progetto Giovani
www.massagno.ch

ANIMAZIONE E BALLO LATINO



con Lisa

GIOVEDÌ 23/30 GIUGNO - 7/14/21 LUGLIO

Ora: dalle 16:00 alle 18:00

centro sportivo
VALGERSA
PISCINA STAGIONE 2016



COME RAGGIUNGERCI

Bus TPL, n. 5:
Fermata "Valgersa"

Autopostale, n. 443:
Fermata "Valgersa"

Uscita autostrada "Lugano Nord" direzione Savosa
Parcheggi a disposizione

Aperto **TUTTI I GIORNI** dalle 10:00 alle 19:00

RAIFFEISEN

Banche Raiffeisen
del Luganese

APERTURA SABATO

14 MAGGIO 2016

Maccheronata offerta

centro sportivo
VALGERSA
PISCINA STAGIONE 2016



Massagno



Savosa

Vi aspettiamo dal

14 MAGGIO AL 4 SETTEMBRE 2016

tutti i giorni dalle 10:00 alle 19:00



Bioggio



Cadempino



Canobbio



Comano



Lamone



Porza



Vezia

Il centro sportivo

Il Centro Sportivo Valgersa offre la possibilità di praticare diversi sport e divertirsi in un ambiente rilassato e accogliente. È l'ideale per chi cerca relax, divertimento o intende praticare un'attività competitiva.

La piscina si estende su una superficie di 5000 mq e può accogliere fino a 1000 persone e comprende:

- una vasca per nuotatori esperti
- una vasca per principianti
- una vasca bambini
- due spogliatoi con box guardaroba
- docce e servizi
- noleggio sdraio e lettini

Il divertimento per i ragazzi si trova presso la vasca non-nuotatori:

- l'acquascivolo di 36 metri

Per i più piccoli troviamo inoltre una zona parco giochi con grande cassa della sabbia, mini arrampicata, altalene e scivoli.

Numerose le attività per i più attivi, nelle aree attorno alle vasche troviamo:

- campo da beach volley
- tavolini da ping pong e altri sport



Wi-Fi gratuito (zona bar)
richiedere la password alla cassa



Aperto TUTTI I GIORNI
dalle 10:00 alle 19:00

CORSO DI SALVATAGGIO JUNIOR

Per ragazzi dagli 11 ai 14 anni
Data: da lunedì 20.06.2016 a venerdì 24.06.2016
Orario: 14:00 - 16:00
Prezzo: 80.- fr (minimo 6 partecipanti)

In collaborazione con:



Per maggiori informazioni
www.salvataggioparadiso.org

CORSO Basic Pool, Plus Pool, BLS/DAE

Data: da lunedì 11.07.2016 a venerdì 15.07.2016
Orario: 9:00 - 13:00
Prezzo: 300.- fr

KIDS WEEK

Bambini dai 4 ai 6 anni, min. 10 max 14 partecipanti

Data: da lunedì 25.07.2016 a venerdì 29.07.2016
Orario: 10:00 - 16:00
Prezzo: 250.-



ATTIVITÀ

Vari giochi dentro e fuori dall'acqua, pranzo in comune presso la palestra A-club, riposino pomeridiano con attività e merenda presso la Valgersa. (In caso di brutto tempo attività e merenda presso A-club)

CORSO DI ACQUAFITNESS MATTINA

(05.07 - 29.07) per adulti
Data: martedì e venerdì
Orario: 10:15 - 11:00
Prezzo: Corso gratuito per tutti gli avventori del nostro centro

In collaborazione con:



CORSO DI ACQUAFITNESS SERA

(20.06 - 28.07) per adulti
Data: lunedì e giovedì
Orario: 18:15 - 19:00
Prezzo: Corso gratuito per tutti gli avventori del nostro centro

SETTIMANA POLISPORTIVA

Ragazzi di 4°, 5° elementare e 1° media, max 20 partecipanti

Data: da martedì 16.08.2016 a venerdì 19.08.2016
Orario: 09:00 - 17:00 (pranzo incluso presso lo Snack Bar della Piscina)
Prezzo: 80.-

ATTIVITÀ

Piscina, Calcio, Pallacanestro, Pallavolo, Tennis-Badminton, Rampichino, Atletica, Hockey.



CORSI DI PRIMO SOCCORSO - Croce Verde Lugano

A volte basta un gesto per salvare una vita e se questo gesto fosse il tuo?

Date: Domenica 12.06.2016 e sabato 03.09.2016
Ora: dalle 10.00 alle 19.00
Stand "PROMOZIONE e PREVENZIONE" c/o Piscina Valgersa

Corso BLS-DAE

rianimazione cardiopolmonare di base e utilizzo del defibrillatore
Date: lunedì 27.06.2016 o lunedì 12.09.2016
Ora: dalle 18.00 alle 21.30
Prezzo (*speciale): CHF 90.- a partecipante



CROCE VERDE LUGANO
via alla Bozzoreda 46
6963 Lugano-Pregassona
tel. 091 935 01 11 - Fax 091 935 01 10
info@croceverde.ch - www.croceverde.ch

ISCRIZIONI

Per informazioni o iscrizioni ai nostri corsi:
info@valgersa.ch

tel. +41 (0)91 966 53 41

centro sportivo
VALGERSA
PISCINA STAGIONE 2016