

RAIFFEISEN

Regazzi

VERZASCASA

OFFICINA IDROELETTRICA

Foto di Ariele Guidolin



ATTIVITÀ STAGIONE 2024-2025

“Sport in buona compagnia”

Segreteria:

info@saggordola.ch

RAIFFEISEN

Regazzi

SWISSLOS



UN REGALO PER I NOSTRI SOCI



Via Trembelina 13
6516 Cugnasco
Tel. 091 859 18 71

10% di sconto

Bonita

El Stradùn 18
6513 Monte Carasso
Tel. 079 784 86 04

15 % di sconto



NOVITA'. Da subito ogni socio SAG può beneficiare presso il noto Ristorante Gnesa a Gordola, ad un prezzo favoloso, una PIZZA con Bibita a Fr. 17.--! Tutte le Pizze a Fr. 14.-- (escluse le bevande) Altre specialità; Paella e Tapas, Servizio a domicilio, eventi, catering.

Tel. 091 745 20 65

Info@ristorante-gnesa.ch

RESTAURANT & TAPAS BAR

MOVIE

LOCARNO

Approfitta ora: PalaCinema Card a metà prezzo per i soci SAG!

I soci con tessera SAG possono ora acquistare la PalaCinema Card con uno sconto del 50% (CHF 20.- anziché CHF 40.-) mostrando la tessera SAG alla cassa del PalaCinema stesso.



Farinelli e Dillena SA



TASSA SOCIALE 2024/2025

Una tessera per tutte le attività che vuoi tu!

La tassa sociale SAG dà il diritto al socio di usufruire delle varie attività di base svolte nelle diverse sezioni della società!

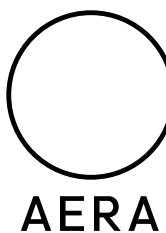
Giovani (fino a 16 anni)	120.- CHF
Adulti (da 16 anni)	250.- CHF
Giovani Shotokan Karaté (fino a 16 anni)	160.- CHF

Un vostro piccolo contributo finanziario ci aiuta a favorire i giovani e coloro che dalla pratica sportiva traggono un beneficio sia fisico che morale.

CH71 0900 0000 6500 5251 6 **GRAZIE** di

Tasse competizione:

Volley		Unihockey	
U10 (TiSpike e Kids Volley)	170.-	Scuola Unihockey	230.-
U12	350.-	Juniori E	280.-
U14 (4x4 e 6x6)	450.-	Juniori D / Under 12	420.-
U16/U18	450.-	Under 14	570.-
2a Lega	450.-	Under 16, Under 21	670.-
1a Lega	500.-	Uomini LNB	750.-
Maschile U16 e Open	350.-	Uomini amatoriale CP	250.-
Amatoriale	250.-		



AERA Studio di architettura
+41 91 935 93 40
Via Tre Case 21 - CH 6598 Tenero
www.aerastudio.ch

Lara Tami
Via Tre Case 21
6598 Tenero



GINNASTICA E POLISPORT

lunedì	17:30 - 19:00	BADMINTON (dal 09.09.24) dal 16 anni	CST Gottardo 2+3	Gustav Wölkner - 076 615 86 88
	19:30 - 20:30	YOGA FLEX (dal 09.09.24)	SE Burio Gordola	Michela Ceschi - info@saggordola.ch per riabilitare il corpo al suo naturale funzionamento con esercizi di flessibilità, rafforzamento e mobilità
	19:15 - 20:15	FITNESS (dal 09.09.24)	CST Gottardo 3	Silvia Canepa - info@saggordola.ch allenamento completo per una tonificazione muscolare e cardiovascolare
mar	19:30 - 20:30	ZUMBA (dal 10.09.24)	SE Riazino	Michela Ceschi - info@saggordola.ch
mer	15:50 - 16:50	GINNASTICA DOLCE (dal 25.09.24)	SE Burio Gordola	Dianne Andreotti - info@saggordola.ch per mantenere una buona mobilità ed elasticità per un corpo giovane e flessibile
giovedì	17:45 - 18:45	YOGALATES (dal 12.09.24)	SE Burio Gordola	Deira Maffei - info@saggordola.ch per allenare dolcemente, ma efficacemente il corpo con esercizi di yoga e pilates
	19:00 - 20:00	ACTIV-BODY (dal 12.09.24)	SE Burio Gordola	Anna Moranda - info@saggordola.ch per tonificare tutti i gruppi muscolari e dar loro resistenza, forza e flessibilità
ven	13:45 - 15:15	NORDIC WALKING (dal 13.09.24)	Parceggio CST (1° incontro)	Maila Del Ponte - 079 376 40 70 Camminata energetica con percorsi vari di media e alta difficoltà

ATLETICA E PODISMO

lun	17:15 - 18:45	ATLETICA (dal 09.09.24) (II-III-IV-Elementare)	SE Burio Gordola (1° incontro)	Maria Matasci Stanga - 079 256 56 69
mer	18:30 - 19:45	PODISMO (dal 04.09.24)	ExMercato coperto Gordola	Olivier Pizzera - 079 504 35 82

SHOTOKAN KARATÈ

lun	18:30 - 20:00	KARATÈ ADULTI (dal 09.09.24)	SE Riazino	Alex Guillen - 076 375 47 32
mercoledì	17:00 - 17:45	KARATÈ (dal 11.09.24) 8-12 anni principianti	SE Burio Gordola	Mirko Togni - 079 339 24 54
	17:00 - 18:30	KARATÈ (dal 11.09.24) 8-12 anni avanzati	SE Burio Gordola	Mirko Togni - 079 339 24 54
	18:30 - 20:00	KARATÈ ADULTI (dal 11.09.24) + ragazzi over 12 anni	SE Burio Gordola	Alex Guillen - 076 375 47 32
ven	18:30 - 20:00	KARATÈ ADULTI (dal 13.09.24)	Centro professionale Commerciale (CPC) Locarno	Alex Guillen - 076 375 47 32



SAG VOLLEY GORDOLA

Contatto:
sagvolley@saggordola.ch
079 619 55 81



Categorie
U10 (TiSpike e Kids Volley)
U12 (dal 09.09.24)
U14 (4x4 e 6x6) (dal 09.09.24)
U16A e U16B (dal 03.09.24)
U18 (dal 02.09.24)
2a lega (dal 08.07.24)
1a lega (dal 12.08.24)
Amatoriali (competizione)
Maschile U16 (dal 03.09.24)
Maschile (dal 03.09.24)

Età
2016-2018
2014-2015
2012-2013
2010-2011
2008-2009
open-2007
open
open
2009-2012
open-2008

Responsabile
Marco Calcaterra
Marco Calcaterra
Marco Calcaterra
Marco Calcaterra e Giuseppe Lo Conte
Marco Calcaterra e Graziano Massafra
Thomas Molinari
Valentina Mirandi
Marcello Pizzichelli / Roland Richard
Shane Marcel e Simone Giovannacci
Shane Marcel e Simone Giovannacci

Partite casalinghe 1a lega: SM Minusio ore 14:30 (domenica)
Partite casalinghe 2a lega: SM Minusio ore 17:00 (domenica)
Partite casalinghe maschile U23: SM Minusio ore 17:00 (domenica)
Partite casalinghe maschile U18: SM Minusio 10:00 o 17:00 (domenica)
Partite casalinghe amatoriali: SE Burio Gordola ore 20:15 (venerdì)

lunedì	17:15 - 18:15 18:15 - 19:45 19:45 - 21:45 19:30 - 22:00 19:00 - 21:30	U12 U14 U18 1a lega 2a lega	SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. CST Naviglio CST Naviglio
martedì	18:00 - 20:00 20:00 - 22:00 17:15 - 19:15 19:00 - 21:00 19:30 - 22:00	Maschile U16 Maschile U16B U16A Amatoriali	SM Cadenazzo SM Cadenazzo SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. SE Burio Gordola
mercoledì	15:00 - 16:30 16:30 - 17:30 17:30 - 19:00 19:00 - 20:30 20:30 - 22:00 19:00 - 21:30 18:30 - 19:30 19:30 - 22:00	U10 U12 U14 U16B U18 2a lega 1a lega 1a lega	SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. CST Naviglio Sala Pesì Gottardo CST Naviglio
giovedì	17:15 - 18:45 18:45 - 20:15 20:15 - 22:00	U14 U16A U18	SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv.
venerdì	18:00 - 20:00 20:00 - 22:00 17:15 - 19:15 19:00 - 21:00 19:00 - 21:30 19:30 - 22:00 19:30 - 22:00	Maschile U16 Maschile U16B U16A 2a lega 1a lega Amatoriali	SM Cadenazzo SM Cadenazzo SM Gordola palestra provv. SM Gordola palestra provv. CST Naviglio CST Naviglio SE Burio Gordola



Contatto squadre attivi:
verbano@saggordola.ch



Contatto settore giovanile:
info@drakkar.ch

Categorie	Età	Persona di contatto	
Scuole UH	2017 + giovani	Luana Lucca	079 207 10 00
Juniori E	2015 / 2016	Luana Lucca	079 207 10 00
Juniori D	2013 / 2014	Petra Jurietti	079 331 39 84
U12	2013 / 2014	Petra Jurietti	079 331 39 84
U14	2011 / 2012	Georgia Marazza	079 773 33 53
U16	2009 / 2010	Luana Lucca	079 207 10 00
U21	2004 / 2008	Chantal Matasci	079 414 10 23
4a lega CP	< 2008	Matteo Renoux	079 623 43 87
LNB	< 2008 competizione	Patrizia Bacciarini	079 793 87 28

lun	17:30 - 19:00	Allenamento portieri / tecnica (dal 09.09.2024)	CST Naviglio
martedì	17:30 - 18:30 17:30 - 19:00 19:00 - 20:30 20:30 - 22:00	Juniori E (dal 10.09.2024) U14 U21 LNB	CST Gottardo CST Naviglio CST Gottardo CST Gottardo
mercoledì	17:30 - 19:00 19:00 - 20:30 20:30 - 22:00	U12 U16 LNB 4a lega (Campo Piccolo)	CST Gottardo CST Gottardo CST Gottardo SE Burio Gordola
giovedì	17:30 - 19:00 19:00 - 20:30	U14 U21	CST Gottardo CST Gottardo
venerdì	17:30 - 18:30 17:30 - 19:00 19:00 - 20:30 20:30 - 22:00	Scuola Unihockey (dal 13.09.2024) Juniori D (dal 06.09.2024) U16 LNB	CST Gottardo CST Gottardo CST Gottardo CST Gottardo

