

Impianto Sportivo di Tor di Quinto

Via delle Fornaci di Tor di Quinto (altezza viale Tor di Quinto, 64) – Tel.0689027301 -311

Orario Attivita'

Valido dal 1° Ottobre al 31 Dicembre 2017

SCUOLA TENNIS

Lezioni monosettimanali e bisettimanali

dal Lunedì al Venerdì
dalle ore 10.00 alle 21.00

Sabato
dalle ore 10.00 alle 16.00

Per informazioni rivolgersi alle segreterie
del CUS Roma

SCUOLA ATLETICA LEGGERA

Corso Base Mer-Ven | h: 18.30-19.30

CORSO CALCIO A 5

Maschile Mar-Ven | h: 19.00-21.00

Femminile Mar-Ven | h: 19.00-21.00

TIRO CON ARCO

Corsi Base Sabato | h: 10.30 - 12.30
h: 14.00 - 16.00
h: 16.00 - 18.00

Corsi Avanzati Lunedì | h: 18.00-20.00
Mercoledì | h: 18.00-20.00

Corsi individuali | 6 ore in 4 incontri
(orari e gg da concordare)

DANZE

Bachata Sensual base (Bisettimanale)
Lun-Gio | h: 17.30-18.30

Salsa Cubana base (Bisettimanale)
Lun-Gio | h: 18.30-19.30

Modern Jazz (Monosettimanale)
Principianti Lun | h: 19.30-21.00

Salsa/Bachata (Monosettimanale)
Principianti Merc | h: 16.00-17.00
Intermedio Merc | h: 17.00-18.00

VOLLEY TdQ

Volley B Mar-Gio | h: 18.30-20.00

Volley A Mar-Gio | h: 20.00-21.30

BASKET TdQ

Principianti Lun-Mer | h: 18.30-20.00

Lun-Mer | h: 20.00-21.30

SALA PESI

da Lun a Ven | h: 12.00-22.00

Sabato | h: 12.00-19.00

Segreterie per Info e Iscrizioni:

ROMA – Piazzale del Verano, 27 – Tel. 064455294 - 064462226
Dal lunedì al venerdì dalle ore 8,30 alle 18,30 – NO STOP

ROMA - Viale Tor di Quinto, 64 – Tel.0689027311
Lun –Mer –Ven dalle ore 16,00 alle 18,00

WWW.CUSROMA.NET - EMAIL: INFO@CUSROMA.NET

- I corsi verranno attivati al raggiungimento di una quota minima di partecipanti
- L'ingresso è consentito fino al raggiungimento del numero massimo di capienza delle palestre, indicato dall'istruttore.
- E' VIETATO ENTRARE IN PALESTRA CON LE STESSE SCARPE USATE ALL'ESTERNO

- Ai campi si accede esclusivamente con scarpe da ginnastica senza tacchetti
- In palestra (sala pesi) è sempre prevista la presenza dell'istruttore
In palestra è obbligatorio portare una stuoia o un asciugamano personale.
- Le stuoie ed i manubri per le lezioni di fitness sono personali e non vengono forniti dal CUS ROMA