



## NOTIZIE DALLA SEDE



**Vi ricordiamo che il sito [www.caigermignaga.it](http://www.caigermignaga.it) è stato aggiornato, in particolare vi invitiamo a visionare il calendario escursioni, la novità più importante è la possibilità di cliccare direttamente sull'escursione prescelta oppure sulla data, in automatico si apre la pagina con la locandina e vi sarà permesso di iscrivervi attraverso l'apposito modulo.**



## Corso Presciistica

**Lunedì 28 settembre** riapre la palestra, due volte la settimana, il lunedì e il giovedì dalla ore 19.00 alle 20:00.

È obbligatorio utilizzare scarpe da ginnastica da indossare solo dentro la palestra, un tappetino per gli esercizi a terra ed un asciugamano.

Sede del corso è la **palestra delle scuole medie di Germignaga**.

Trainer Marco, che già conosciamo, e Vittoria new entry.

La prima lezione di prova è gratuita, se di vostro gradimento proseguiremo insieme fino al 10/12/2026

Le quote di iscrizione per quest'anno sono, € 70 per gli iscritti CAI - € 90 per i non soci, è prevista la possibilità di iscriversi partecipando a 10 serate pagando i soci € 40 e per i non soci € 50.

Info: Fabio Costa 3519503834

Mail: [segreteria@caigermignaga.it](mailto:segreteria@caigermignaga.it) | 0332.510014

Sede CAI Germignaga il venerdì sera



## Corsi Arrampicata Indoor 2026

In collaborazione con il **CAI di Germignaga e il negozio Sfida 2.0**

dal **12 ottobre al 21 dicembre 2026 tutti i lunedì** abbiamo

organizziamo i seguenti corsi:

orario 17 - 18 bambini scuole elementari

orario 18 - 19 adolescenti scuole medie

orario 19 - 20.30 adulti

Novità di quest'anno, sarà la possibilità di fare 3 lezioni di arrampicata alla palestra

Salewa di Varese. Le altre 7 lezioni si effettueranno alla palestra di Germignaga.

**Quota:** medie ed elementari 270 euro - adulti 320 euro

La quota comprende: tutte le attrezzature e i materiali per il corso, entrata nelle due palestre, iscrizione al CAI di Germignaga.

Termine iscrizioni 05 ottobre

Per informazioni e iscrizioni

**info@proup.team**

**+39 3387445330**