



COMUNE DI  
GIAVENO



# MUOVITI E VINCI!!

Da Marzo a Giugno 2025

Scopri le attività...

Con il contributo di



REGIONE  
PIEMONTE

# REGOLAMENTO

**Sei pronto a metterti alla prova e migliorare il tuo stile di vita? Unisciti a noi tramite questo [link](#) per vivere un'esperienza unica di sport, movimento e divertimento!**

## Come Partecipare?

La partecipazione è aperta a tutti i ragazzi tra i 15 e i 29 anni che vogliono migliorare il loro stile di vita e divertirsi!

- **Partecipazione Singola:** accumula punti in base alle tue attività personali! Puoi scegliere tra camminata, corsa, bici e sessioni di allenamento outdoor.
- **Lezioni con Esperti:** partecipa a lezioni pratiche con istruttori specializzati per cimentarti nei tuoi sport preferiti!
- **Eventi Sportivi:** prendi parte a giornate dedicate interamente allo sport per fare attività e conoscere persone con i tuoi stessi interessi!

**Registrati facilmente tramite l'app Strava nel club "Muoviti e Vinci" per tracciare le tue attività, o usando il modulo fornito dagli organizzatori per eventi e lezioni.**

# OTTIENI ATTREZZATURA SPORTIVA PER RENDERE ANCORA PIÙ DIVERTENTI LE TUE ATTIVITÀ!

## Come Guadagnare Punti?

Ogni volta che ti alleni o partecipi a una delle attività del progetto, guadagnerai punti.

Ecco come:

- **Camminata o Corsa:** 10 punti ogni 30 minuti!
- **Bicicletta:** 15 punti ogni ora di pedalata!
- **Altre attività del progetto:** 10 punti per ogni lezione o evento a cui partecipi!

## I premi ti aspettano!

I tuoi punti si trasformeranno in premi.

Ecco cosa puoi ottenere:

### **Attrezzatura di Benvenuto**

Una sacca sportiva con T-Shirt sportiva per iniziare alla grande! (con la tua prima attività)

### **Abbonamenti e voucher per attività sportiva**

mensilmente verranno indicati i premi al raggiungimento dei 50 e 100 punti



# LEZIONI

Pagine 5-14

# OPEN DAY

Pagine 15-16



# EVENTI

Pagine 17-23





# LEZIONI

Nelle prossime pagine troverai tutte le lezioni sportive gratuite che si svolgeranno nell'ambito del progetto tra i mesi di marzo e giugno 2025. Un'occasione unica per metterti in gioco, divertirti e vivere lo sport in un ambiente stimolante e inclusivo!





L'associazione Age propone diverse attività gratuite per gli iscritti al progetto, e mette a disposizione video tutorial a disposizione dei partecipanti.

# ASSOCIAZIONE AGE

Le attività proposte includono

## **Danza Moderna:**

- ogni lunedì ore 20-21

## **Reggaeton:**

- ogni lunedì ore 21-22

## **Hip-hop:**

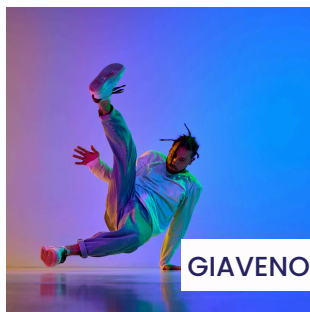
- ogni martedì ore 19-20

## **Balli di gruppo:**

- ogni mercoledì ore 19-20

## **Salsa e Bachata:**

- ogni mercoledì ore 20-21



## LA SALLE

L'Associazione sportiva La Salle di Giaveno offre allenamenti gratuiti di Atletica leggera ogni **secondo e terzo venerdì del mese**. Gli allenamenti si terranno dalle ore 18.00 alle ore 19.30 presso le strutture dell'Unione Sportiva in Via Pacchiotti a Giaveno.





## PROMOBOXE

promuove corsi di pugilato olimpico per tutte le fasce di età. Attualmente è la prima società in Piemonte per l'attività giovanile e la settima in Italia. Si propone di: pugilato giovanile, attività motoria di base, corsi di prepugilistica per giovani, allenamento funzionale e gym boxe.

## PROMOBOXE

L'Associazione Promoboxe offre un corso di avviamento al pugilato olimpico per principianti. Sarà possibile allenarsi gratuitamente ogni **giovedì dalle ore 18.30 alle ore 19.30** presso la palestra di Via caduti sul lavoro 4D a Giaveno.



GIAVENO



L'Associazione Arte in Movimento propone corsi di Hip-hop e Pole dance gratuiti e video tutorial che i partecipanti potranno utilizzare per imparare tecniche di danza.

## ARTE IN MOVIMENTO

L'A.S.D. Arte In Movimento è un'associazione che promuove la diffusione, la conoscenza, la pratica e lo sviluppo dell'arte della danza e del teatro. L'associazione promuove le proprie iniziative operando essenzialmente su due fronti: da un lato il piano didattico e formativo, attraverso la realizzazione di corsi e laboratori di danza e teatro, rivolti ad allievi di tutte le età e progetti didattici per tutte le scuole; dall'altro il piano artistico, attraverso l'ideazione e la realizzazione di spettacoli che hanno lo scopo ambizioso di essere solidali con le Onlus, le Ong e le Associazioni benefiche.



# PENTASPORTING

La Polisportiva mette a disposizione i campi che saranno utilizzabili gratuitamente nei seguenti orari:

- Campo di Padel prenotabile **tutti i giovedì di maggio dalle 17:00 alle 19:30**
- Campo di Beach volley prenotabile tutti i **lunedì di maggio dalle 17:00 alle 19:00**



La Polisportiva Penta Sporting si occupa di gestire il Palasport di Sant'Antonino.

L'obiettivo dell'associazione è permettere la pratica sportiva a prezzi contenuti, favorendo l'aggregazione e lo sviluppo dello sport in generale.



SANT'ANTONINO DI SUSÀ



L'Associazione Sportiva Dilettantistica New Shine Giaveno nasce nel 2022 dalla volontà di due realtà storiche della città di Giaveno: il Gruppo Majorettes "Les Mascottes" e L'ASD Red Angels Giaveno.

L'obiettivo dell'associazione è quello di promuovere la pratica de twirling in tutte le sue forme.

Parallelamente vengono propongono corsi di yoga posturale e vinyasa yoga.

## ASD NEW SHINE

Nei mesi di Aprile e Maggio la New Shine offre la partecipazione gratuita alle lezioni di:

- **Yoga**

ogni mercoledì dalle 18.30 alle 19.30 presso la Palestra della Scuola Primaria Anna Frank di Giaveno (TO). Le lezioni tenute dall'insegnante di Vinyasa Yoga Carola Rosa Cardinal sono aperte a tutti i livelli di pratica.

- **Twirling**

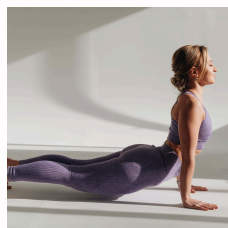
Sabato 29 Marzo dalle 14.30 alle 15.30 presso la palestra della Scuola Primaria Crolle

- **Pom pon**

Sabato 31 Maggio dalle 15 alle 16 presso la palestra della Scuola Primaria Crolle.

Saranno inoltre messi a disposizione dei video tutorial realizzati dalle insegnanti dalla durata di 10 o 15 minuti visionabili dai partecipanti al progetto.

# LEZIONI DI YOGA

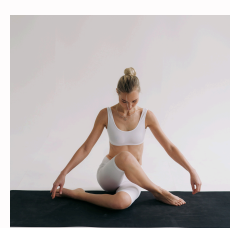


## Rilascia l'ansia

pratiche di yoga per ritrovare la calma  
Venerdì 9 Maggio ore 19-20 presso Scuola Crolle

## Respira e muoviti

la connessione del corpo attraverso il movimento  
Venerdì 16 Maggio ore 19-20 presso Scuola Crolle



## Flessibilità e fluidità

rilascia le tensioni e ritrova la libertà  
Venerdì 23 Maggio ore 19-20 presso Scuola Crolle

## Capovolgi la prospettiva

la verticale sulla testa  
Venerdì 30 Maggio ore 19-20 presso Scuola Crolle



# JUDO ACCADEMIA GIAVENO ASD

L'Accademia propone allenamenti di diverse discipline.

Il **Judo** è un'arte marziale di origine giapponese, sport da combattimento e metodo di difesa personale basato sulla Via della Cedevolezza, il cui scopo è destabilizzare l'avversario usando i suoi stessi movimenti e la sua forza.

Il **Functional Training** prevede sedute di allenamento strutturate con un lavoro aerobico, cardio a corpo libero e utilizzo di diversi attrezzi, come bilancieri, manubri, kettlebell e palle mediche.

**Pilates** è una ginnastica di tipo rieducativo, preventivo e terapeutico basato sul controllo.



Le attività proposte includono giornate aperte a tutti e gratuite in cui sarà possibile partecipare ad allenamenti di:

- Judo,
- Functional Training,
- Pilates.



GIAVENO

# ASD GIAVENO BASKET

Associazione fondata nel 1990, conta attualmente 150 associati nei settori Minibasket, Giovanile e Seniores, tutti partecipanti a campionati regionali indetti dalla Federazione Italiana Pallacanestro (FIP).

Nel corso della sua più che trentennale storia ha sempre preso parte a campionati regionali, sia a livello giovanile che senior, militando anche più volte in serie D. Da segnalare

anche la partecipazione a tornei internazionali in Francia e in Olanda. L'attività nelle scuole e l'adesione alle iniziative comunali riguardanti lo sport è sempre stata una delle priorità dell'Associazione stessa.

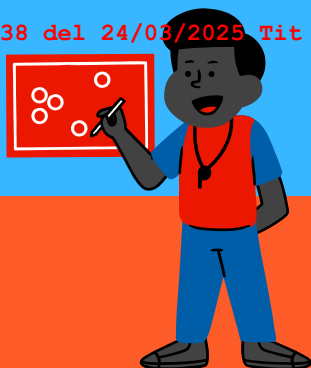
Da questa stagione sportiva ha creato anche la sezione femminile, per ora solo a livello di allenamenti, completando così l'offerta formativa.



Le attività proposte includono esercitazioni pratiche sulle principali abilità tecniche del basket:

- Palleggio
- Passaggio
- Tiro

Le sessioni si svolgeranno nei mesi di marzo, aprile, maggio e giugno all'aperto nei campi delle scuole Anna Frank e Gonin, mentre, in caso di maltempo, saranno ospitate nella palestra della scuola Blaise Pascal o al Palasport.



# OPEN DAY



Nelle prossime pagine troverai tutte le informazioni sugli open day organizzati dalle associazioni sportive aderenti al progetto. Da aprile a giugno, avrai l'opportunità di scoprire nuove discipline, conoscere gli istruttori e provare gratuitamente le attività in un ambiente accogliente e dinamico!



## COOPERATIVA SAN DONATO

OLIMPIADI SPORTIVE: giornata di sperimentazione di attività sportive in forma competitiva con la collaborazione delle associazioni del territorio.



CONDOVE

## PENTASPORTING

Organizzazione di un open day di pallavolo per atleti dai 15 ai 18 anni



SANT'ANTONINO DI SUSÀ

## ASD NEW SHINE

Prova gratuita di danza  
Sabato 5 aprile, ore 15-16.30



GIAVENO





# EVENTI SPORTIVI



Nelle prossime pagine troverai tutti gli eventi sportivi che si svolgeranno nel corso del progetto. Da aprile a giugno, partecipa a competizioni, dimostrazioni e momenti di condivisione all'insegna dello sport e del divertimento!

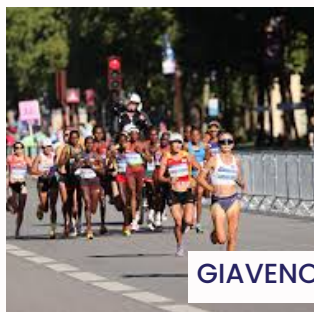




GIAVENO

## **VALSANGONE VOLLEY E GIAVENO BASKET**

Mini torneo multisport



GIAVENO

## **CORSA SU STRADA**

"Primo trofeo città di Giaveno"  
organizzato da La Salle  
4 Maggio 2025



TRANA

## KRICCATTIVA

Nell'ambito del progetto l'associazione Kriccattiva propone l'attività **Sportexprience**: una giornata ispirata al Pentathlon in cui i partecipanti si sfideranno in cinque discipline diverse.

Le discipline previste sono:

- Mountain Bike
- Orienteering
- Body Balance
- Crossfit
- Tiro con l'arco

Data: Sabato 3 Maggio  
dalle 10 alle 18

Il numero massimo di partecipanti previsto è di 50 persone, quindi arriva in orario per assicurarti di poter partecipare!

# TORNEI SPORTIVI DI CONDOVE

Nell'ambito del progetto il  
Comune di Condove, la  
Cooperativa San Donato e il  
Centro di aggregazione "La  
Plaza" organizzeranno tornei  
sportivi nelle seguenti date:

## PING-PONG

28 MARZO

## BASKET

18 APRILE

## PALLAVOLO

16 MAGGIO

## CALCIO

4 GIUGNO



# LE ASSOCIAZIONI DI CAPRIE

## Gruppo Sportivo Moncenisio

Nasce nel 1968 grazie a Silvio Bar e Franco Chirio come associazione di atleti di marcia alpina di regolarità, nel corso degli anni arriva poi a includere podismo, escursionismo, ciclismo e mountain bike.



## A.S.D. Kalle Sport

Associazione sportiva dilettantistica, con campo da calcetto, palestra di arrampicata e campo da paddle.

## A.S.D. Caprie Green Club

Associazione Sportiva affiliata alla FIGC. Gli allenamenti di calcio si tengono al campo, mentre per i più piccoli nel periodo invernale si fanno in palestra e coincidono con il calendario scolastico.



# GIORNATA DELO SPORT DI CAPRIE

24 Maggio festa "Sport per tutti" presso centro polivalente La Sosta Climb Cafè con la possibilità di provare vari sport.

Coordinato da associazione GS Moncenisio, Green Club Caprie e ASD Kalle Sport.  
Dalle 14.30 alle 18.



# CAMMINO DELLA PREISTORIA

5 Aprile: escursione organizzato da ASD Moncenisio, ritrovo ore 9:00 presso frazione Novaretto (giardini scuola infanzia), partenza ore 10:00 e conclusione alle ore 16:00 circa.





# GIORNATA DELLO SPORT

➤ 15 GIUGNO

Unisciti a noi per la giornata conclusiva del progetto! Durante questa giornata speciale, tutte le associazioni sportive avranno l'opportunità di presentare le proprie discipline con dimostrazioni e attività aperte a tutti.

A seguire, vivremo insieme l'energia e il divertimento della Color Run, una corsa non competitiva tra colori e musica, perfetta per celebrare lo sport, la condivisione e il divertimento! Non mancare!





# I PARTNER DEL PROGETTO

- **Comune di Giaveno**
- **Comune di Caprie**
- **Comune di Chiusa di San Michele**
- **Comune di Coazze**
- **Comune di Condove**
- **Comune di Sant'Ambrogio di Torino**
- **Comune di Sant'Antonino di Susa**
- **Comune di Trana**
- **Comune di Valgioie**

un progetto realizzato con la  
collaborazione del Dipartimento  
per le Politiche Giovanili e il  
Servizio Civile Universale...

...e con il contributo della  
Regione Piemonte



Dipartimento  
per le Politiche Giovanili  
e il Servizio Civile Universale  
Presidenza del Consiglio dei Ministri





# LA PIAZZETTA

Gestisce un Centro Aggregativo per minori che frequentano le Scuole Secondarie di Primo e Secondo Grado e i Corsi Professionali, in collaborazione con il Con.I.S.A e con le scuole. Offre ai ragazzi un posto dove essere accolti e ascoltati e dove trovare un punto di riferimento affettivo ed educativo, costruendo rapporti di gruppo e individualizzati, per sviluppare legami affettivi solidi e importanti per la crescita della loro personalità.

# ORATORIO SEMI DI SPERANZA

Mette a disposizione i suoi campi per tutte le attività del progetto.



La Piazzetta è un'associazione di volontariato che dal 1985 opera nel territorio della Valsangone per prevenire il disagio giovanile attraverso azioni di sensibilizzazione, aggregazione e solidarietà.



# CONTATTI

- **Accademia Giaveno Judo**

**Indirizzo:** Via Caduti sul Lavoro 14- 10094 Giaveno

**Telefono:** 3351-8133090

**Mail:** accademiagiaveno@gmail.com

- **Arte In Movimento**

**Indirizzo:** Via Susa 7- 10094 Giaveno

**Telefono:** 340-7734093

**Mail:** info@arteinmovimentogiaveno.it

- **Associazione AGE**

**Indirizzo:** Via Maria Ausiliatrice 67- 10094 Giaveno

**Telefono:** 333-5604335

**Mail:** piemonteage@gmail.com

- **Comune di Caprie (società GS Moncenisio, ASD Kalle Sport, e Green Club Caprie)**

**Indirizzo :** Piazza Matteotti 3 - Caprie

**Telefono:** 011-963 2333

**Mail:** caprie@comune.caprie.to.it

- **Cooperativa San Donato**

**Indirizzo :** Via Gaglianiaco 22- 10146 Torino

**Telefono:** 011-7768723

**Mail:** andrea.pace@coopsandonato.it

- **Giaveno Basket**

**Indirizzo :** Piazza Ruffinatti 16- 10094 Giaveno

**Telefono:** 366-1501723

**Mail:** segreteria@giavenobasket.it

- **Kriccattiva A.S.D**

**Indirizzo :** Via Ratti 2-10090 Trana

**Telefono:** 392-2019732

**Mail:** bocciofilasanbernardinese@gmail.com

- **La Salle**

**Indirizzo :** Via Pacchiotti 51 - 10094 Giaveno

**Telefono:** 011-9376425

**Mail:**

- **New Shine**

**Indirizzo:**

Via S. Sebastiano 3 - 10094 Giaveno (Palestra Anna Frank)

Via Tenente M. Tonda - 10094 Giaveno (Palestra Crolle)

**Telefono:** 3338561004 - 3349532084 - 3331557608

**Mail:** asdnewshinegiaveno@gmail.com

- **Pentasporting**

**Indirizzo :** Piazza della Pace 1 -10050 Sant'Antonino di Susa

**Telefono:** 335-5725422

**Mail:**

- **Promoboxe**

**Indirizzo :** Via Caduti sul Lavoro 4D - 10094 Giaveno

**Telefono:** 333-6943616

**Mail:** promoboxingteam@gmail.com

- **Valsangone Volley**

**Indirizzo :** Via Colpastore-10094 Giaveno

**Telefono:**

**Mail:** social@valsangonevolley.it