



# POSSIBILITÀ DI MOVIMENTO A MENDRISIO E DINTORNI PER BAMBINI

Il progetto "Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!" è un'iniziativa promossa dall'Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria e dall'Ufficio del medico cantonale (Servizio di medicina scolastica) del Cantone Ticino che intende promuovere un'alimentazione equilibrata e il movimento nei bambini formando i docenti e sensibilizzando i genitori.

Questo documento è stato preparato dai promotori del progetto e contiene indicazioni riguardanti alcune possibilità di praticare attività fisica a Mendrisio e dintorni. Le infrastrutture, le associazioni, le società, i club, ecc., sono stati selezionati in base al pubblico destinatario (offerte per bambini) e alla vicinanza al Comune di Mendrisio. Questo non vuole essere un documento esaustivo. Le informazioni sono state infatti raccolte a partire dai siti dei Comuni. Le indicazioni contenute sono allo stato del 18 maggio 2009.

Se siete a conoscenza di altre offerte di movimento per bambini nelle vicinanze di Mendrisio vi invitiamo a contattarci in modo da permetterci di migliorare e completare il documento per le prossime edizioni. Vi ringraziamo per la vostra collaborazione.

Progetto: "Movimento e gusto con l'equilibrio giusto!"

**Capo progetto:** Antonella Branchi

**Collaboratrici:** Alessia Antonietti e Rubina Bianchetti

☎ Telefono: 091/814.30.46 – Fax: 091/825.31.89

✉ Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria, Via Orico 5, 6501 Bellinzona

💻 [www.ti.ch/movimentoegusto](http://www.ti.ch/movimentoegusto)





✉ [dss-movimentoegusto@ti.ch](mailto:dss-movimentoegusto@ti.ch)

## INDICE

▪ <b>Meglio a piedi</b>	<b>3</b>
▪ <b>Gioventù e sport</b>	<b>3</b>
▪ <b>Infrastrutture sportive</b>	<b>4</b>
○ Campi da tennis e da squash – Mendrisio	4
○ Campi da tennis - Salorino	5
○ Centro sportivo Linée – Arzo	5
○ Centro tennistico di Montagna - Besazio	5
○ Parco – Villa Argentina	6
○ Parco giochi – OSC	6
○ Parco giochi – Scuole Canavée	6
○ Piscina comunale di San Martino	6
○ Piscina coperta centro scolastico Canavée	7
○ Prato da gioco – Scuole medie Mendrisio	7
○ Campi da tennis – Chiasso	7
○ Stadio del ghiaccio Chiasso	8
▪ <b>Associazioni – Società – Club sportivi</b>	<b>9</b>
○ ArteDanza Mendrisio	9
○ Arti marziali Mendrisio	9
○ Associazione Sportiva della Montagna	10
○ FC Mendrisio	10
○ Mendrisio Basket	10
○ Mo.Mo Bike	11
○ Num Mendrisiotto Nuoto	11
○ Robi Nud Archery	11
○ SAT (Società Alpinistica Ticinese) – Sezione di Mendrisio	12
○ Sci Club Mendrisio	12
○ S.C.O.M. Società Corse d'Orientamento Mendrisio	13
○ Società ginnastica Sezione federale - Mendrisio	13
○ Società nuoto Mendrisio	14
○ Tennis Club Mendrisio	15
○ Tennis Club Salorino	15
○ Velo Club Mendrisio	16
○ Club Pattinaggio Chiasso	17
○ Fun Neve Club	17
○ Hockey Club Chiasso	18
○ Riva Basket	18
○ Skater Hockey Club Flyers Capolago	18
○ Sportiva Unihockey Mendrisiotto Ligornetto	18
○ Società Atletica Vigor Ligornetto	19
○ Tennis Club Chiasso	19
▪ <b>Percorsi vita</b>	<b>20</b>
▪ <b>Esempi di escursioni</b>	<b>20</b>
▪ <b>Piste ciclabili</b>	<b>21</b>
▪ <b>Altre proposte</b>	<b>21</b>





Per ottenere informazioni a livello generale sulle attività e le infrastrutture sportive presenti a Mendrisio, così come le piste ciclabili, i percorsi podistici e le escursioni:

#### Ufficio promozione attività del tempo libero





 091/640.31.28  
 Via Municipio 13, 6850 Mendrisio  
 [www.mendrisio.ch/Mun/uff\\_spor.htm](http://www.mendrisio.ch/Mun/uff_spor.htm)  
 [sport@mendrisio.ch](mailto:sport@mendrisio.ch)

Orari sportello: Lunedì-venerdì 10.00-12.00 / 14.00-16.00  
Giovedì 10.00-12.00 / 16.00-18.00

#### MEGLIO A PIEDI

<b>Breve descrizione</b>	“Meglio a piedi” è un progetto di promozione della mobilità lenta e sicura e del percorso casa-scuola a piedi (azione Pedibus) sostenuto dal Gruppo per la moderazione del traffico della Svizzera Italiana e dall'Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria. È un progetto che si indirizza agli allievi delle scuole elementari e alle loro famiglie.
<b>Contatti</b>	Informazioni presso il Gruppo per la moderazione del traffico della Svizzera italiana: Christina Terrani  091/604.50.29 – 076/373.55.58  Via Gaggio 5, 6934 Bioggio  <a href="http://www.moderazionetraffico.ch">www.moderazionetraffico.ch</a>  <a href="mailto:info@moderazionetraffico.ch">info@moderazionetraffico.ch</a>

#### GIOVENTÙ E SPORT

<b>Breve descrizione</b>	Gioventù e sport offre la possibilità di approfondire la conoscenza su alcune discipline sportive, così come di conoscere quali associazioni sportive del Canton Ticino le praticano.
<b>Contatti</b>	Informazioni presso l'Ufficio Gioventù e sport  091/814.64.51  Centro sportivo Torretta, 6501 Bellinzona  <a href="http://www.ti.ch/gs">www.ti.ch/gs</a> - <a href="http://www.jugendundsport.ch/internet/js/it/home.html">http://www.jugendundsport.ch/internet/js/it/home.html</a>  <a href="mailto:decs-gs@ti.ch">decs-gs@ti.ch</a>

## Infrastrutture sportive

### CAMPI DA TENNIS E DA SQUASH – MENDRISIO

<b>Contatti</b>	Informazioni presso il Tennis Club Mendrisio ☎ 091/646.55.82 💻 <a href="http://www.tennismendrisio.ch">www.tennismendrisio.ch</a> ✉ <a href="mailto:tennismendrisio@ticino.com">tennismendrisio@ticino.com</a>
<b>Breve descrizione</b>	Vi sono tre campi da tennis interni, due esterni e un mini-campo in erba sintetica con muro di allenamento.  Ogni utente o socio deve acquistare un “account” con il quale può gestire la prenotazione delle ore di tennis o squash. Per ottenere l’account è possibile compilare un formulario sul sito Internet o telefonare allo 079/337.07.31
<b>Luogo</b>	Via Laveggio 12, 6850 Mendrisio
<b>Costi</b>	<b><u>Campi da tennis</u></b>  <b><u>Campo esterno:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 22 CHF/ora</li><li>▪ 200 CHF blocchetto da 10 ore</li></ul> <b><u>Campo interno a ora:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Lunedì-venerdì: 35 CHF tra le 17.30 – 21.30, 28 CHF tra le 21.30 – 22.30</li><li>▪ Sabato-domenica: 35 CHF tra le 08.15 – 22.30</li></ul> <b><u>Campo interno (blocchetto di 10 ore):</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Fasce a 35 CHF/ora: 330 CHF</li><li>▪ Fasce a 28 CHF/ora: 255 CHF</li></ul> <b><u>Campo interno: un’ora settimana per l’intera stagione (in abbonamento)</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Tra 08.15 – 17.30 e tra 21.30 – 22.30 : 740 CHF</li><li>▪ Tra 17.30 – 21.30: 990 CHF</li></ul> <b><u>Quote sociali:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Soci famiglia (coniugi o conviventi con almeno un figlio junior): 550 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Soci Juniores (fino a 12 anni): 40 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Soci Juniores (da 13 a 15 anni): 60 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Soci Juniores (da 16 a 18 anni): 120 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Costo campo per non soci: 22 CHF/ora</li></ul> <p>Le tariffe per la stagione invernale sono diverse. Per ulteriori informazioni contattare direttamente i responsabili.</p> <b><u>Campi da squash:</u></b> <p>Per lezioni private o di gruppo contattare il Maestro ufficiale Nicola Mazzei: 079/354.09.93).</p> <b><u>Ore singole:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 14 CHF tra le 08.00 e le 17.15</li><li>▪ 22 CHF tra le 17.15 e le 22.00</li></ul>

	<p><u>Blocchetti di 10 ore:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 100 CHF durante la fascia A (08.00 – 17.15)</li><li>▪ 200 CHF durante la fascia B (17.15 – 22.00)</li></ul> <p><u>Tariffe formula Club:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 200 CHF/anno + 6 CHF per ora di gioco (serata Club ogni giovedì)</li></ul>
--	--

### CAMPI DA TENNIS – SALORINO

<b>Contatti</b>	Informazioni presso il Tennis Club Salorino ☎ 091/646.03.44 🌐 <a href="http://www.tcsalorino.ch">www.tcsalorino.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	Tre campi da tennis esterni aperti durante la stagione estiva.
<b>Luogo</b>	6872 Salorino
<b>Costi</b>	Costo campo per non soci: 22 CHF/ora  Quote sociali stagione estiva: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Soci Juniores dai 10 ai 18 anni: 50 CHF</li><li>▪ Soci attivi: 260 CHF</li><li>▪ Soci coniugi: 430 CHF</li><li>▪ Soci studenti: 110 CHF</li></ul>

### CENTRO SPORTIVO LINÉE – ARZO

<b>Contatti</b>	☎ 091/646.11.72 ✉ Via Cave di marmo, 6864 Arzo
<b>Luogo</b>	Via Cave di marmo, 6864 Arzo
<b>Breve descrizione</b>	Campo sportivo erboso e campo da gioco
<b>Costi</b>	Il campo da calcio è a disposizione solo delle società sportive. È però possibile usufruire di un campo da gioco ad accesso libero. I responsabili richiamano l'attenzione sul fatto che gli spogliatoi saranno inagibili almeno fino a luglio 2009.  Vicino al campo, partono diversi sentieri, come il sentiero tra i vigneti e il sentiero dello Smeraldo. Per ulteriori informazioni contattare l'Ente turistico del Mendrisiotto e Basso Ceresio allo 091/641.30.50 oppure consultando il sito <a href="http://www.mendrisiotourism.ch">www.mendrisiotourism.ch</a>

### CENTRO TENNISTICO DI MONTAGNA – BESAZIO

<b>Contatti</b>	Informazioni presso il Tennis Montagna ☎ 091/646.26.92 ✉ CP 54, 6863 Besazio
<b>Luogo</b>	6863 Besazio
<b>Breve descrizione</b>	Tre campi da tennis all'esterno aperti dal 1° marzo al 31 ottobre tutti i giorni dalle 09.00 alle 21.00. Nel periodo invernale (novembre – febbraio) apertura il mercoledì pomeriggio e il week-end.  Le riserve dei campi possono essere fatte al numero del Tennis Montagna o direttamente presso la buvette dei campi da tennis.
<b>Costi</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Campo: 28 CHF/ora</li></ul> I soci del Tennis montagna hanno accesso libero al campo.

	Tariffe: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adulti: 450 CHF/anno</li> <li>▪ Bambini, ragazzi, studenti (fino ai 25 anni): 150 CHF/anno</li> </ul>
--	---

### PARCO – VILLA ARGENTINA

<b>Luogo</b>	Villa Argentina, Mendrisio
<b>Breve descrizione</b>	Parco
<b>Costi</b>	Accesso libero

### PARCO GIOCHI – OSC

<b>Luogo</b>	OSC (Organizzazione Sociopsichiatrica Cantonale), 6850 Mendrisio
<b>Breve descrizione</b>	Parco giochi
<b>Costi</b>	Accesso libero

### PARCO GIOCHI – SCUOLE CANAVÉE

<b>Luogo</b>	Dietro le Scuole elementari di Mendrisio (Canavée)
<b>Breve descrizione</b>	Parco giochi
<b>Costi</b>	Accesso libero

### PISCINA COMUNALE DI SAN MARTINO

<b>Contatti</b>	☎ 091/640.31.28 ✉ S. Martino, 6850 Mendrisio 💻 <a href="http://www.mendrisio.ch/Mun/uff_spor.htm">www.mendrisio.ch/Mun/uff_spor.htm</a> ✉ <a href="mailto:sport@mendrisio.ch">sport@mendrisio.ch</a>		
<b>Luogo</b>	S. Martino, 6850 Mendrisio		
<b>Breve descrizione</b>	La piscina comunale di S. Martino una vasca olimpionica, una vasca per non nuotatori, una vasca per bambini e un campo da beach volley. La piscina è aperta da maggio a settembre, in linea generale dalle 9.30 alle 19.30, anche se gli orari possono variare leggermente a seconda del periodo.		
<b>Costi</b>		<b>Utenti domiciliati a Mendrisio</b>	<b>Utenti non domiciliati a Mendrisio</b>
	<i>Biglietto singolo adulti</i>	3.50	9.00 (dal lunedì al sabato) 11.00 (domenica) 5.00 (ridotto serale dal lunedì al sabato) 4.50 (ridotto fascia oraria 12.00-13.30, dal lunedì al venerdì)
	<i>Biglietto singolo ragazzi (fino ai 15 anni)</i>	2.50	2.50
	<i>Biglietto singolo bambini (fino ai 6 anni)</i>	Gratis	Gratis
	<i>Abbonamento 10 entrate adulti</i>	22.00	-----
	<i>Abbonamento 10 entrate ragazzi (fino ai 15 anni)</i>	12.00	-----

	<i>Abbonamento stagionale adulti</i>	55.00	-----
	<i>Abbonamento stagionale ragazzi (fino a 15 anni)</i>	27.00	-----

### PISCINA COPERTA CENTRO SCOLASTICO CANAVÉE

<b>Contatti</b>	<p>☎ 091/640.31.28</p> <p>✉ Viale Canavée, 6850 Mendrisio</p> <p>💻 <a href="http://www.mendrisio.ch/Mun/uff_spor.htm">www.mendrisio.ch/Mun/uff_spor.htm</a></p> <p>✉ <a href="mailto:sport@mendrisio.ch">sport@mendrisio.ch</a></p>		
<b>Luogo</b>	Viale Canavée, 6850 Mendrisio		
<b>Breve descrizione</b>	<p>La piscina coperta del centro scolastico Canavée è a disposizione dei domiciliati di Mendrisio, Capolago, Genestrerio, Rancate, Arzo e Tremona.</p> <p>La piscina è aperta da fine ottobre a fine maggio (ma rimane chiusa durante le vacanze scolastiche).</p> <p>Orari:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Martedì: dalle 20.15 alle 21.30</li> <li>▪ Giovedì: dalle 14.00 alle 15.30 e dalle 20.15 alle 21.30</li> </ul>		
<b>Costi</b>		<b>Adulti</b>	<b>Studenti</b>
	<i>Abbonamento stagionale</i>	130.00	100.00

### PRATO DA GIOCO – SCUOLE MEDIE MENDRISIO

<b>Luogo</b>	Scuole medie, Mendrisio
<b>Breve descrizione</b>	Prato da gioco
<b>Costi</b>	Accesso libero

### CAMPI DA TENNIS – CHIASSO

<b>Contatti</b>	<p>Informazioni presso</p> <p>☎ 091/682.06.16</p> <p>✉ Via Campagna 4, 6863 Seseaglio</p> <p>💻 <a href="http://www.tcchiasso.ch">www.tcchiasso.ch</a></p> <p>✉ <a href="mailto:tcchiasso@bluewin.ch">tcchiasso@bluewin.ch</a></p>
<b>Breve descrizione</b>	<p>Vi sono cinque campi da tennis esterni e quattro campi da tennis interni.</p> <p>Per diventare soci bisogna compilare i formulari scaricabili dal sito Internet.</p> <p>Gli abbonamenti al Tennis Club Chiasso danno il diritto di usufruire anche della palestra.</p>
<b>Luogo</b>	Via Campagna 4, 6863 Seseaglio
<b>Costi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>Ore singole:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Campi esterni: 28 CHF/ora</li> <li>○ Campi interni: 32 CHF/ora</li> </ul> </li> </ul> <p>Per diventare soci del Tennis Club Chiasso bisogna pagare una tassa di ammissione. Questa tassa si paga una sola volta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adulti: 100 CHF</li> <li>▪ Studenti, apprendisti, juniori (max. 20 anni): 50 CHF</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>Abbonamento annuale</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Normale: 1200 CHF (possibilità di pagare a rate, ma con costi totali</li> </ul> </li> </ul>

	<p>superiori)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Abbonamento famiglia: riduzione di 100 CHF per ogni membro adulto</li> <li>○ Abbonamento studenti, apprendisti, juniori: 450 CHF</li> <li>○ Abbonamento 08.30 – 16.30: 850 CHF</li> <li>○ Abbonamento 08.30 – 12.30: 600 CHF</li> <li>○ Abbonamento 20.30 – 23.30: 500 CHF</li> <li>○ Abbonamento week-end (adulti): 300 CHF</li> <li>○ Abbonamento week-end (studenti, juniori): 100 CHF</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>Abbonamento estivo (1° aprile – 30 settembre)</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Abbonamento unico campi interni ed esterni: 380 CHF (riduzione di 40 CHF per ogni membro adulto della stessa famiglia)</li> <li>○ Abbonamento studenti, apprendisti, unioni: 160 CHF</li> <li>○ Abbonamento “under 14”: 60 CHF</li> </ul> </li> <li>▪ <u>Abbonamento invernale (1° ottobre – 30 settembre)</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Abbonamento normale: 950 CHF</li> <li>○ Abbonamento fino alle 12.30: 400 CHF</li> <li>○ Abbonamento studenti, apprendisti, juniori: 350 CHF</li> </ul> </li> <li>▪ <u>Possibilità di acquistare ore per soci e non soci</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 08.30 – 12.30: 400 CHF</li> <li>○ 14.30 – 17.30: 700 CHF</li> <li>○ 17.30 – 20.30: 1000 CHF</li> <li>○ 20.30 – 23.30: 700 CHF</li> </ul> </li> </ul>
--	--

### STADIO DEL GHIACCIO – CHIASSO

<b>Contatti</b>	<p>☎ 091/683.78.80 oppure 091/695.09.11</p> <p>🌐 <a href="http://www.chiasso.ch/index.php?id=155">http://www.chiasso.ch/index.php?id=155</a></p>		
<b>Luogo</b>	Adiacente allo Stadio Via 1° Agosto, 6830 Chiasso		
<b>Breve descrizione</b>	<p>Lo stadio del ghiaccio dispone di una pista di pattinaggio in inverno, che viene trasformata in una pista per la pratica del rollerskate in estate.</p> <p>Orari di apertura pista di ghiaccio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lunedì: mattino chiuso, pomeriggio a disposizione delle scuole, del Club Pattinaggio e dell’Hockey Club</li> <li>▪ Martedì: dalle 12.00 alle 17.00 / dalle 20.30 alle 23.00*</li> <li>▪ Mercoledì: dalle 13.30 alle 16.45 / dalle 20.30 alle 23.00*</li> <li>▪ Giovedì: dalle 12.00 alle 16.30</li> <li>▪ Venerdì: dalle 12.00 alle 16.45 / dalle 20.30 alle 23.00</li> <li>▪ Sabato: dalle 14.30 alle 17.00 / dalle 20.30 alle 23.00</li> <li>▪ Domenica e giorni festivi: dalle 9.30 alle 11.30 / dalle 14.30 alle 17.00 / dalle 20.30 alle 23.00</li> </ul> <p>Gli orari possono subire cambiamenti in caso di competizioni.</p> <p>* Martedì e mercoledì, dalle 20.30 alle 23.00, l’accesso all’impianto è gratuito (in queste due serate, eventuale noleggio pattini: 3 CHF)</p>		
<b>Costi</b>		<b>Con tessera (residenti)</b>	<b>Senza tessera (non residenti)</b>
	<i>Bambini fino a 6 anni pattinatori</i>	Gratis	Gratis
	<i>Ragazzi fino a 15 anni pattinatori</i>	2.00	4.00



<i>Adulti</i>	4.00	6.00
<i>Spettatori non pattinatori</i>	1.00	2.00
<i>Abbonamento 10 entrate ragazzi (fino ai 15 anni)</i>	15.00	35.00
<i>Abbonamento 10 entrate adulti</i>	35.00	55.00
<i>Abbonamento stagionale ragazzi (fino a 15 anni)</i>	60.00	100.00
<i>Abbonamento stagione adulti</i>	100.00	150.00
<i>Abbonamento stagionale spettatori</i>	25.00	50.00
<i>Noleggio pattini (bambini, ragazzi e adulti)</i>	3.00	6.00
<i>Noleggio orso/pinguino</i>	2.00	2.00

Bambini fino ai 6 anni: se accompagnati entrata gratuita

### Associazioni – società – club sportivi

#### ARTEDANZA MENDRISIO

<b>Contatti</b>	Informazioni presso Simona Lombardo ☎ 076/499.82.76 oppure 0039/3472911519 ✉ presso Quality Fitness, Via Borromini 20a, 6850 Mendrisio 🌐 <a href="http://www.oltreilfitness.com">www.oltreilfitness.com</a> ✉ <a href="mailto:simonaelle@libero.it">simonaelle@libero.it</a>
<b>Breve descrizione</b>	Corsi di danza anche per bambini.  Contattare direttamente la responsabile per ulteriori informazioni.
<b>Luogo</b>	Presso la palestra Quality Fitness, Via Borromini 20a, 6850 Mendrisio

#### ARTI MARZIALI MENDRISIO

<b>Contatti</b>	☎ 091/647.29.12 ✉ CP 10, 6850 Mendrisio-Borgo 🌐 <a href="http://www.arti-marziali.net">www.arti-marziali.net</a>
<b>Breve descrizione</b>	Arti Marziali Mendrisio offre corsi di karate, difesa personale, ju-jitsu, kobudo e nanbudo sia per adulti che per bambini (dai 5 anni).
<b>Luogo</b>	Palestre comunali Canavée, Via Vela, 6850 Mendrisio
<b>Corsi e orari</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Karate:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bambini 5-8 anni: lunedì e venerdì dalle 17.00 alle 18.00</li> <li>○ Bambini 9-12 anni: lunedì e venerdì dalle 18.00 alle 19.00</li> <li>○ Adulti e ragazzi dai 13 anni: lunedì e venerdì dalle 19.00 alle 21.00</li> </ul> </li> <li>▪ Karate, difesa personale, ju-jitsu, kodubo:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bambini 5-8 anni: mercoledì 17.00-18.00</li> <li>○ Bambini 9-12 anni; mercoledì 18.00-19.00</li> <li>○ Adulti e ragazzi dai 13 anni: mercoledì 19.00-21.00</li> </ul> </li> <li>▪ Corsi speciali di karate, nanbudo, difesa personale:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sabato dalle 15.00 alle 18.00</li> </ul> </li> </ul>
<b>Costi</b>	Tassa annuale: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bambini e studenti: 360 CHF</li> <li>▪ Adulti: 610 CHF</li> </ul>

### ASSOCIAZIONE SPORTIVA DELLA MONTAGNA

<b>Contatti</b>	✉ CP 282, 6864 Arzo 🌐 <a href="http://www.asmarzo.ch">www.asmarzo.ch</a> ✉ <a href="mailto:info@asmarzo.ch">info@asmarzo.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	Contattare direttamente i responsabili per ulteriori informazioni.



### FC MENDRISIO

<b>Contatti</b>	☎ 091/646.36.63 🌐 <a href="http://www.fcms.ch">www.fcms.ch</a> ✉ <a href="mailto:comitato@fcms.ch">comitato@fcms.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	Il FC Mendrisio propone allenamenti di calcio per bambini. Ha due Scuole Calcio: "Scuola calcio – Adorna" e "Scuola Calcio – Montalbano". Inoltre ha diverse squadre di allievi: C, D, E (per bambini e ragazzi più grandi).  Contattare direttamente i responsabili per ulteriori informazioni.
<b>Luogo</b>	Centro Sportivo Comunale, Mendrisio Centro Sportivo Adorna, Mendrisio Campo Montalbano, Stabio





### MENDRISIO BASKET

<b>Contatti</b>	Informazioni presso Monica Cereghetti e Giovanni Somaruga ☎ 091/ 646.42.67 – 079/758.95.15 (Monica Cereghetti) – 076/444.15.08 (Giovanni Somaruga) ✉ Sede della società: Via G. Bernasconi 6, 6850 Mendrisio 🌐 <a href="http://www.mendrisiobasket.ch">www.mendrisiobasket.ch</a> ✉ <a href="mailto:mendrisiobasket@bluewin.ch">mendrisiobasket@bluewin.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	La Società Mendrisio Basket offre corsi di basket per ragazzi dai 6 agli oltre 20 anni, e per ragazze dai 6 ai 13 anni.
<b>Luogo</b>	Palestra Canavée, 6850 Mendrisio Palestra Liceo, 6850 Mendrisio Palestra scuole, 6877 Coldrerio Palestra OSC, 6850 Mendrisio
<b>Corsi e orari</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cuccioli (bambini dai 6 agli 8 anni):                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Mercoledì dalle 14.30 alle 16.00 (Canavée) e venerdì dalle 16.30 alle 17.30 per chi ha già 8 anni (Canavée)</li> </ul> </li> <li>▪ Pulcini (bambini dai 9 ai 10 anni):                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lunedì dalle 18.00 alle 20.00 (Liceo), mercoledì dalle 18.30 alle 20.00 (Canavée) e sabato dalle 9.00 alle 12.00, dove ci sono le partite (Coldrerio)</li> </ul> </li> <li>▪ Propaganda (ragazzi dagli 11 ai 12 anni):                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Martedì dalle 18.00 alle 20.00 (Liceo), giovedì dalle 17.30 alle 19.00 (OSC) e sabato dalle 10.00 alle 12.00, dove ci sono le partite (Liceo)</li> </ul> </li> </ul> <p>Inoltre, sono anche presenti le categorie per età superiori Cadetti, Scolari e Junior. Per informazioni consultare il sito internet o contattare direttamente i responsabili.</p>
<b>Costi</b>	Tassa annuale (settembre-giugno) per la categoria minibasket: 75 CHF



### MO.MO BIKE



<b>Contatti</b>	Informazioni presso Vassili Valsangiacomo (segretario), Mitka Fontana (presidente) o Bernhard Schmid (responsabile dei corsi)  <a href="http://www.momobike.ch">www.momobike.ch</a>  <a href="mailto:vassili@ticino.com">vassili@ticino.com</a> (Vassili Valsangiacomo) – <a href="mailto:afamitka@bluewin.ch">afamitka@bluewin.ch</a> (Mitka Fontana) – <a href="mailto:bschmid@gmx.ch">bschmid@gmx.ch</a> (Bernhard Schmid)
<b>Breve descrizione</b>	Il Mo.Mo Bike è una società che propone escursioni in mountain bike ai soci, e organizza annualmente un corso di mountain bike per ragazzi. Inoltre, questa società di è occupata di costruire presso le Scuole medie di Mendrisio un Bike Park didattico (livello medio-facile).
<b>Luogo</b>	A dipendenza delle escursioni. Per il corso di mountain bike per ragazzi: Piazzale delle scuole medie di Mendrisio.
<b>Corsi e orari</b>	Corso di mountain bike per ragazzi (fra i 9 e 14 anni): il corso ha luogo in primavera, per la durata di 5/6 pomeriggi
<b>Costi</b>	Corso di mountain bike per ragazzi (fra i 9 e i 14 anni): 20 CHF

### NUM MENDRISIOTTO NUOTO




<b>Contatti</b>	Informazioni presso Roberto Facchinetti o Nicole Rampinini (per informazioni sul gruppo G+S Kids) oppure Adriano Laguzzi (per informazioni sui gruppi agonistici)  091/646.08.10 (sede Mendrisiotto Nuoto) – 076/416.78.70 (Roberto Facchinetti) – 079/371.15.33 (Nicole Rampinini) – 079/297.90.28 (Adriano Laguzzi)  CP 1635, 6850 Mendrisio  <a href="http://www.mendrisiottonuoto.ch">www.mendrisiottonuoto.ch</a>  <a href="mailto:info@mendrisiottonuoto.ch">info@mendrisiottonuoto.ch</a> – <a href="mailto:gekolo88@hotmail.com">gekolo88@hotmail.com</a> (Nicole Rampinini) – <a href="mailto:adriano.laguzzi@alice.it">adriano.laguzzi@alice.it</a> (Adriano Laguzzi)
<b>Breve descrizione</b>	Gruppi di allenamento a livello agonistico per bambini a partire dai 9 anni. Società che offre la possibilità di migliorare la tecnica natatoria e di valutare l'attività di competizione.
<b>Luogo</b>	Piscine Canavée, 6850 Mendrisio (inverno) Piscine comunali di San Martino, 6850 Mendrisio (estate) Piscine comunali, 6830 Chiasso (estate)
<b>Corsi e orari</b>	Per i gruppi di allenamento contattare direttamente i responsabili.  Il prossimo settembre verrà proposto un nuovo gruppo per bambini chiamato G+S Kids in fase sperimentale. Sarà un gruppo dedicato ai bambini fra i 7 e i 10 anni, per massimo 10 partecipanti, con due incontri settimanali. L'attività del gruppo G+S Kids sarà incentrata sul nuoto e gli sport acquatici (pallanuoto, nuoto sincronizzato, salvataggio e tuffi), ma anche per il 25% su una parte di attività di movimento all'esterno o in palestra. Per ulteriori informazioni contare Roberto Facchinetti o Nicole Rampinini (cfr. "Contatti").
<b>Costi</b>	Tassa sociale: 500 CHF (include l'entrata in piscina)

### ROBI NUD ARCHERY

<b>Contatti</b>	Informazioni presso Matteo Onusti  091/630.93.02  Via Ligornetto 1, 6855 Stabio
-----------------	---

	 <a href="http://www.robinudarchery.com">www.robinudarchery.com</a>  <a href="mailto:info@robinudarchery.com">info@robinudarchery.com</a>
<b>Breve descrizione</b>	La Robi Nud Archery, che fa capo all'omonimo negozio di Stabio, organizza corsi di avvicinamento al tiro con l'arco anche per bambini a partire dai 6 anni.
<b>Corsi e orari</b>	Corso di tiro con l'arco di 5 lezioni di circa 1.5 ore (fra i 4 e i 12 partecipanti). Il corso è pensato per avvicinare alla disciplina del tiro con l'arco sotto forma di gioco.
<b>Costi</b>	Corso di tiro con l'arco: 200 CHF

### SAT (SOCIETÀ ALPINISTICA TICINESE) – SEZIONE DI MENDRISIO

<b>Contatti</b>	 CP 32, 6850 Mendrisio  <a href="http://www.satmendrisio.ch">www.satmendrisio.ch</a>  <a href="mailto:info@satmendrisio.ch">info@satmendrisio.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	La Società Alpinistica Ticinese, Sezione di Mendrisio, dà la possibilità di diventare soci a partire dai 10 anni.
<b>Luogo</b>	Sede sociale in Via Campo Sportivo 11 (Asilo Sud) ogni giovedì alle 20.30, ma preferibilmente il giovedì dalle 20.00 alle 22.00 presso la palestra d'arrampicata del liceo di Mendrisio (durante il periodo scolastico).  Sono inoltre proposte diverse gite. Per ulteriori informazioni contattare direttamente i responsabili.
<b>Corsi e orari</b>	Per ottenere informazioni sulle singole gite contattare direttamente i responsabili.
<b>Costi</b>	Quota sociale: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Soci Junior (10-20 anni): 15 CHF</li> <li>▪ Soci attivi: 25 CHF</li> </ul> <p>Nella quota sono compresi 5 CHF di tassa di ammissione alla Federazione Alpinistica Ticinese, che dà diritto ad ottenere sconti sui pernottamenti dei rifugi ticinesi che aderiscono alla Federazione.</p> <p>Per ottenere informazioni sui costi delle singole gite contattare direttamente i responsabili.</p>

### SCI CLUB MENDRISIO

<b>Contatti</b>	 079/764.54.24  CP 128, 6850 Mendrisio-Borgo  <a href="http://www.sciclubmendrisio.ch">www.sciclubmendrisio.ch</a>  <a href="mailto:sciclubmendrisio@gmail.com">sciclubmendrisio@gmail.com</a>
<b>Breve descrizione</b>	Lo Sci Club Mendrisio organizza corsi di sci e snowboard per bambini a partire dai 5 anni.
<b>Luogo</b>	A dipendenza delle uscite, contattare direttamente i responsabili.
<b>Corsi e orari</b>	<p>Categorie di età:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mini OG: bambini fra i 5 e i 7 anni</li> <li>▪ OG: bambini e ragazzi fra gli 8 e i 14 anni</li> <li>▪ Juniores: ragazzi fra i 15 e i 19 anni</li> <li>▪ Adulti: dai 20 anni in avanti</li> </ul> <p>Lo Sci Club Mendrisio organizza gite giornaliere, sci in notturna, settimana bianca a Sedrun per i ragazzi, weekend e settimana bianca per gli adulti, e gara sociale. Per informazioni consultare il sito o contattare direttamente i responsabili.</p>

<b>Costi</b>	<p><u>Tassa sociale:</u>                  25 CHF/anno per tutti</p> <p>Per costi sulle gite, ecc. consultare il sito o contattare direttamente i responsabili.</p>
--------------	--

### S.C.O.M. SOCIETÀ CORSE DI ORIENTAMENTO MENDRISIO



<b>Contatti</b>	<p>✉ CP 1805, 6850 Mendrisio</p> <p>🌐 <a href="http://www.scom-mendrisio.ch">www.scom-mendrisio.ch</a></p> <p>✉ <a href="mailto:info@scom-mendrisio.ch">info@scom-mendrisio.ch</a></p>
<b>Breve descrizione</b>	Contattare direttamente i responsabili per ulteriori informazioni.
<b>Luogo</b>	Centro scolastico Canavée, Mendrisio
<b>Corsi e orari</b>	Allenamenti durante l'anno scolastico martedì alle 18.00 presso la palestra del centro scolastico Canavée di Mendrisio.

### SOCIETÀ GINNASTICA SEZIONE FEDERALE - MENDRISIO

<b>Contatti</b>	<p>Informazioni presso Maurizio Sala</p> <p>☎ cfr. lista dei corsi con i rispettivi monitori</p> <p>🌐 <a href="http://www.sfgmendrisio.ch">www.sfgmendrisio.ch</a></p> <p>✉ <a href="mailto:maurisala@ticino.com">maurisala@ticino.com</a></p>
<b>Breve descrizione</b>	La Società ginnastica sezione federale presente a Mendrisio offre la possibilità di seguire un programma di ginnastica sin dalla prima infanzia.
<b>Luogo</b>	<p>Palestra Canavée, 6850 Mendrisio</p> <p>Palestra Via Vela, 6850 Mendrisio</p> <p>Palestra Liceo, 6850 Mendrisio</p> <p>Palestra scuole medie, 6850 Mendrisio</p> <p>Stadio, 6850 Mendrisio</p>
<b>Corsi e orari</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ginnastica genitore e bambino 1 (informazioni Manuela – 091/648.25.70): per bambini tra i 3 e i 4 anni. Lunedì dalle 16.30 alle 17.45 (Canavée)</li> <li>▪ Ginnastica genitore e bambino 2 (informazioni Egidia – 091/646.59.41): per bambini da 18 mesi compiuti. Martedì dalle 9.30 alle 10.30 (Palestra Via Vela)</li> <li>▪ Baby Gym (informazioni Manuela – 091/648.25.70): per bambini tra i 5 e i 6 anni. Giovedì dalle 16.30 alle 17.45 (Canavée)</li> <li>▪ Ginnastica ritmica (informazioni Ronzina – 079/411.14.34):             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Attive (per bambine con più di 13 anni): martedì e giovedì dalle 20.00 alle 22.00 (Canavée)</li> <li>○ Alunne A+B (per bambine fra gli 8 e 12 anni): martedì e giovedì dalle 18.00 alle 20.00 (Liceo)</li> <li>○ Alunne C (per bambini fra i 6 e i 7 anni): giovedì dalle 18.00 alle 20.00 (Canavée)</li> </ul> </li> <li>▪ Attrezzistica alunni/e (informazioni Rosanna – 076/338.03.66) – per bambini/e tra i 6 e i 13 anni:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Test 1,2 e 3: lunedì dalle 18.00 alle 19.45 (Canavée)</li> <li>○ Test 1: giovedì dalle 18.00 alle 19.45 (Canavée)</li> <li>○ Test 2 e 3: mercoledì dalle 18.45 alle 20.30 (Canavée)</li> <li>○ Test 1, 2 e 3: sbatto secondo calendario (Canavée)</li> </ul> </li> <li>▪ Artistica (informazioni Fabrizio – 091/648.26.36) – per bambini/e a partire dai 6-</li> </ul>

	<p>7 anni:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Martedì dalle 16.30 alle 20.00 (Canavée)</li> <li>○ Mercoledì dalle 16.30 alle 19.00 (Canavée)</li> <li>○ Venerdì dalle 16.30 alle 20.00 (Canavée)</li> </ul> <p>▪ Atletica (informazioni Giorgio – 091/646.94.06) – per bambini/e a partire da 9 anni:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Martedì e giovedì dalle 18.15 alle 20.00 (Stadio e Scuole medie)</li> </ul>
<b>Costi</b>	<p>Tassa sociale annua (da settembre a giugno):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Allunni/e ritmica, attrezzistica, baby gym: 80 CHF</li> <li>▪ Tutti gli altri gruppi: 150 CHF</li> </ul>

### SOCIETÀ NUOTO MENDRISIO

<b>Contatti</b>	<p> <a href="http://www.societanuotomendrisio.ch">www.societanuotomendrisio.ch</a></p> <p> <a href="mailto:nuotomendrisio@hotmail.com">nuotomendrisio@hotmail.com</a></p>
<b>Breve descrizione</b>	<p>La Società Nuoto Mendrisio offre corsi di nuoto invernali e estivi per bambini fra i 4 e i 15 anni.</p>
<b>Luogo</b>	<p>Piscina comunale Centro Canavée, 6850 Mendrisio                  Piscina comunale di San Martino, 6850 Mendrisio</p>
<b>Corsi e orari</b>	<p><u>Corso di nuoto estivo:</u>                  dal 18 giugno 2009 al 1 luglio 2009 presso la piscina comunale di San Martino. Si tratta di 10 lezioni dalle 9.15 alle 11.30 per ragazzi dai 6 ai 13 anni.</p> <p><u>Corsi di ambientamento all'acqua (bambini dai 3 ai 5 anni):</u>                  corsi da settembre a giugno (3 corsi di 10 lezioni), il sabato dalle 13.00 alle 14.00 (due turni da 30 minuti).</p> <p>Corsi di nuoto per bambini e ragazzi dai 5 ai 15 anni:                  a partire da settembre, corsi il mercoledì pomeriggio a Mendrisio (10 lezioni da 40 minuti ognuna).</p> <p>È possibile svolgere anche corsi presso la piscina delle elementari di Stabio. Per dettagli consultare il sito o contattare direttamente i responsabili.</p>
<b>Costi</b>	<p><u>Corso di nuoto estivo:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 120 CHF un bambino</li> <li>▪ 180 CHF due bambini della stessa famiglia</li> <li>▪ 250 CHF tre bambini della stessa famiglia</li> </ul> <p>Per chi non dispone di trasporto privato, è possibile di usufruire del trasporto organizzato dalla società:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ da Stabio: 40 CHF</li> <li>▪ da Ligornetto: 20 CHF (50% a carico del comune)</li> <li>▪ da altri comuni (Meride, Tremona, Arzo, Besazio, Rancate, Castel San Pietro, Corteglia, Brusino Arsizio, Riva San Vitale, Capolago): gratuito (100% a carico dei comuni)</li> </ul> <p><u>Costo di ambientamento all'acqua:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 120 CHF un bambino</li> <li>▪ 230 CHF due bambini della stessa famiglia</li> <li>▪ 330 CHF tre bambini della stessa famiglia</li> </ul> <p><u>Costo del corso di nuoto :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 120 CHF un bambino</li> <li>▪ 230 CHF due bambini della stessa famiglia</li> </ul>

- 330 CHF tre bambini della stessa famiglia

### TENNIS CLUB MENDRISIO

<b>Contatti</b>	Informazioni presso Leda Polli (presidentessa) oppure presso i singoli monitori ☎ 076/373.01.80 (Paolo Cernuschi - maestro) – 076/343.42.36 (Manu Zardo - maestra) – 076/408.88.78 (Ruena Esposito-Ricci - maestra) 💻 <a href="http://www.tennismendrisio.ch">www.tennismendrisio.ch</a> ✉ <a href="mailto:tennismendrisio@ticino.com">tennismendrisio@ticino.com</a>
<b>Breve descrizione</b>	Il Tennis Club Mendrisio offre corsi di tennis per bambini a partire dai 5 anni.
<b>Luogo</b>	Via Laveggio 2, 6850 Mendrisio
<b>Corsi e orari</b>	<u>Corsi intensivi estivi Junior 2009:</u> corsi di 4 giorni fra giugno e luglio, della durata di due ore al giorno (se bambini piccoli una sola ora al giorno). Possibilità di seguire il corso sui campi da tennis di Mendrisio o su quelli di Salorino.  Per informazioni sui corsi annuali, da settembre a giugno, contattare direttamente i responsabili.
<b>Costi</b>	<u>Corso estivo:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 2 ore al giorno per 4 giorni: 140 CHF</li><li>▪ 1 ora al giorno per 4 giorni (bambini piccoli): 70 CHF</li></ul> <u>Quote sociali:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Soci famiglia (coniugi o conviventi con almeno un figlio junior): 550 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Soci Juniores (fino a 12 anni): 40 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Soci Juniores (da 13 a 15 anni): 60 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Soci Juniores (da 16 a 18 anni): 120 CHF/stagione estiva</li><li>▪ Costo campo per non soci: 22 CHF/ora</li></ul> Le tariffe per la stagione invernale sono diverse. Per ulteriori informazioni contattare direttamente i responsabili.

### TENNIS CLUB SALORINO

<b>Contatti</b>	💻 <a href="http://www.tcsalorino.ch">www.tcsalorino.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	Il Tennis Club Salorino offre la possibilità di usufruire dei loro campi da tennis e di corsi di tennis per bambini.
<b>Luogo</b>	6872 Salorino
<b>Corsi e orari</b>	Possibilità di seguire un mini-corso tennis Junior di 8 settimane. Per ulteriori informazioni rivolgersi a Stefano Tettamanti (079/748.37.04, dopo le 17.00) o Paolo Cernuschi (0039031305777, la sera).
<b>Costi</b>	<u>Quote sociali stagione estiva:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Soci Juniores dai 10 ai 18 anni: 50 CHF</li><li>▪ Soci attivi: 260 CHF</li><li>▪ Soci coniugi: 430 CHF</li><li>▪ Soci studenti: 110 CHF</li></ul> Costo campo per non soci: 22 CHF/ora

## VELO CLUB MENDRISIO

<b>Contatti</b>	<p>Informazioni presso Marco Sangiorgio (presidente), Cesare Sisini (settore giovanile), Alfredo Maranesi (settore attivi)</p> <p>☎ 091/646.63.44 (Marco Sangiorgio) – 076/560.33.14 (Cesare Sisini) – 079/507.52.16 (Alfredo Maranesi)</p> <p>💻 <a href="http://www.vcmendrisio.ch">www.vcmendrisio.ch</a></p> <p>✉ <a href="mailto:info@vcmendrisio.ch">info@vcmendrisio.ch</a> – <a href="mailto:mail@architettosangiorgio.ch">mail@architettosangiorgio.ch</a> – <a href="mailto:sisini@vcmendrisio.ch">sisini@vcmendrisio.ch</a> – <a href="mailto:alfredo.maranesi@bluewin.ch">alfredo.maranesi@bluewin.ch</a></p>
<b>Breve descrizione</b>	<p>Il Velo Club Mendrisio offre corsi di ciclismo per tutte le categorie, dagli scolari fino agli élites.</p>
<b>Luogo</b>	<p>Parco OSC (Organizzazione Sociopsichiatrica Cantonale), 6850 Mendrisio (per il ritrovo, poi le uscite variano)</p>
<b>Corsi e orari</b>	<p><u>Settore giovanile:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ under 11 (ragazzi e ragazze con età inferiore ai 10 anni)</li><li>▪ under 13 (ragazzi e ragazze con età tra gli 11 e i 12 anni)</li><li>▪ under 15 (ragazzi e ragazze con età tra i 13 e i 14 anni)</li><li>▪ under 17 (ragazzi con età tra i 15 e i 16 anni)</li><li>▪ under 19 (ragazze con età tra i 15 e i 18 anni)</li></ul> <p><u>Allenamenti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ martedì dalle 18.30 alle 19.30-20.00 (con bici da strada)</li><li>▪ mercoledì dalle 16.30 alle 17.30-18.00 (con rampichino)</li><li>▪ giovedì dalle 18.30 alle 19.30-20.00 (con bici da strada)</li></ul> <p>Il ritrovo fisso è presso l'area di posteggio dell'OSC, dopo di che si prosegue per alcuni percorsi su strade poco trafficate della lunghezza fra i 10 e i 30 km, a dipendenza delle capacità del bambino/ragazzo.</p> <p>Oltre a queste categorie è anche presente il settore degli attivi. Per eventuali informazioni contattare direttamente i responsabili.</p> <p>Oltre ai normali allenamenti, il Velo Club Mendrisio propone alcune attività ricreative:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ <u>Giornata delle famiglie:</u> giornata dedicata a tutti i ragazzi e alle loro famiglie. Con la propria bici si fa una pedalata di circa 10 km, per poi ritrovarsi presso un ristorante e passare un pomeriggio in compagnia. Quest'anno la giornata delle famiglie avverrà probabilmente verso la fine di agosto, e si svolgeranno presso il Monte San Giorgio (con salita in funicolare) oppure presso il parco del Piano di Magadino.</li><li>▪ <u>Settimana in una regione svizzera:</u> dal 18 al 25 luglio una settimana presso una casa di vacanza a Einsiedeln (SZ), con pedalate nella regione in mattinata, e pomeriggio in piscina, al lago o con attività di svago della regione.</li></ul>
<b>Costi</b>	<p>Tassa sociale annuale per tutti: 50 CHF</p> <p>Ulteriori spese a carico di ogni singolo partecipante:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Bicicletta da corsa a noleggio per una stagione: 200 CHF</li><li>▪ Costo della giornata delle famiglie: 25 CHF/persona</li><li>▪ Partecipazione alla settimana estiva: 350 CHF/persona</li></ul>



### CLUB PATTINAGGIO CHIASSO

<b>Contatti</b>	<p>☎ 076/291.64.60</p> <p>✉ CP 2660, 6830 Chiasso (ufficio alla pista di ghiaccio a Chiasso aperto da metà settembre a metà marzo il mercoledì dalle 13.30 alle 15.00, e il sabato e la domenica dalle 9.30 alle 11.00)</p> <p>💻 <a href="http://www.cpchiasso.ch">www.cpchiasso.ch</a></p> <p>✉ <a href="mailto:clubpattinaggiochiasso@bluewin.ch">clubpattinaggiochiasso@bluewin.ch</a></p>
<b>Breve descrizione</b>	Il Club Pattinaggio Chiasso offre corsi per bambini e bambine a partire dai 3 anni compiuti fino a più o meno 10/12 anni.
<b>Luogo</b>	Pista di Pattinaggio, 6830 Chiasso
<b>Corsi e orari</b>	<p>Corsi per principianti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Da metà settembre a metà/fine marzo sul ghiaccio con corsi bisettimanali di 45 minuti (in totale circa 40 corsi). È possibile scegliere se effettuare i corsi il mercoledì e il sabato, oppure il sabato e la domenica</li> <li>▪ Da aprile a metà giugno allenamento a secco con ginnastica, lezioni bisettimanali di 1 ora</li> </ul> <p>Dopo aver seguito i corsi per principianti c'è la possibilità di avanzamenti nelle sezioni di Amatori e di Artistica, con corsi di ginnastica, danza, lezioni private, stage estivo, partecipazioni a gare.</p> <p>Durante le vacanze di Natale, sulla pista di Piazzale alla Valle a Mendrisio, possibilità di seguire corsi per principianti di una settimana (5 corsi di 50 minuti)</p>
<b>Costi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Corsi sul ghiaccio da metà a settembre a metà/fine marzo: 200 CHF/stagione</li> <li>▪ Allenamento a secco (ginnastica): 60 CHF</li> <li>▪ Corso per principianti durante la settimana di Natale: 50 CHF</li> </ul>

### FUN NEVE CLUB

<b>Contatti</b>	<p>Informazioni presso Paolo della Spina</p> <p>✉ 6826 Riva San Vitale</p> <p>💻 <a href="http://www.funneveclub.ch">www.funneveclub.ch</a></p> <p>✉ <a href="mailto:windman@ticino.com">windman@ticino.com</a></p>
<b>Breve descrizione</b>	Il Fun Neve Club offre uscite con corsi di sci alpino e snowboard per ragazzi a partire dalle scuole elementari.
<b>Luogo</b>	A dipendenza delle uscite previste. Contattare direttamente i responsabili.
<b>Corsi e orari</b>	<p>A dipendenza delle uscite previste. Contattare direttamente i responsabili.</p> <p>In linea generale, nel periodo fra dicembre e marzo vengono proposte 4 uscite di un giorno più un fine settimana, dove i ragazzi vengono suddivisi in gruppo secondo le loro capacità.</p> <p>Inoltre, sono previsti incontri settimanali in palestra per migliorare la condizione fisica a livello generale.</p> <p>Infine, a fine attività invernale ogni anno si prevede un incontro per cimentarsi in altre attività sportive. Quest'anno è prevista un'uscita all'Alpamare il 21 maggio 2009.</p>
<b>Costi</b>	<p>Tassa annuale soci:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fino a 17 anni compiuti: 20 CHF</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Famiglia: 60 CHF</li> <li>▪ Adulto: 30 CHF</li> </ul> <p>Singole uscite:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Soci: 55 CHF/uscita tutto compreso (viaggio, abbonamento, istruzione e pranzo)</li> <li>▪ Non soci: 65 CHF/uscita tutto compreso (viaggio, abbonamento, istruzione e pranzo)</li> </ul> <p>Quattro uscite in blocco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Soci: 170 CHF tutto compreso (viaggio, abbonamento, istruzione e pranzo)</li> <li>▪ Non soci: 200 CHF tutto compreso (viaggio, abbonamento, istruzione e pranzo)</li> </ul>
--	--

### HOCKEY CLUB CHIASSO

<b>Contatti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✉ CP 234, 6830 Chiasso</li> <li>🌐 <a href="http://www.hc-chiasso.ch">www.hc-chiasso.ch</a></li> <li>✉ <a href="mailto:info@hc-chiasso.ch">info@hc-chiasso.ch</a></li> </ul>
<b>Breve descrizione</b>	L'Hockey Club Chiasso organizza una scuola di pattinaggio per bambini fra i 4 e gli 8 anni. In seguito, c'è la possibilità di iscriversi alla scuola di hockey o al club di pattinaggio artistico.
<b>Luogo</b>	Pista di ghiaccio, 6830 Chiasso
<b>Corsi e orari</b>	La Scuola di pattinaggio prevede 5 lezioni di 1 ora. Per dettagli su date e orari sulla scuola di pattinaggio per il prossimo anno contattare direttamente i responsabili (Patrizia Gaeta-Realini, 076/387.25.33).
<b>Costi</b>	Scuola di pattinaggio: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Singolo partecipante: 90 CHF</li> <li>○ Per ulteriori ragazzi/e della stessa famiglia: 90 CHF</li> </ul>

### RIVA BASKET

<b>Contatti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>🌐 <a href="http://www.rivabasket.ch">www.rivabasket.ch</a></li> <li>✉ <a href="mailto:info@rivabasket.ch">info@rivabasket.ch</a></li> </ul>
<b>Breve descrizione</b>	Per ulteriori informazioni contattare direttamente i responsabili.

### SKATER HOCKEY CLUB FLYERS CAPOLAGO

<b>Contatti</b>	<p>Informazioni presso Paolo Felappi (presidente) e Michele Fontana (vicepresidente)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🌐 <a href="http://www.capolagoflyers.ch">www.capolagoflyers.ch</a></li> <li>✉ <a href="mailto:paolo.felappi@capolagoflyers.ch">paolo.felappi@capolagoflyers.ch</a> – <a href="mailto:michele.fontana@capolagoflyers.ch">michele.fontana@capolagoflyers.ch</a></li> </ul>
<b>Breve descrizione</b>	Lo Skater Hockey Club Flyers Capolago ha un settore giovanile composto da tre categorie diverse in base all'età.  Contattare direttamente i responsabili per ulteriori informazioni.

### SPORTIVA UNIHOCKEY MENDRISIOTTO LIGORNETTO

<b>Contatti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✉ CP 36, 6853 Ligornetto</li> <li>🌐 <a href="http://www.sum.ch">www.sum.ch</a></li> <li>✉ <a href="mailto:info@sum.ch">info@sum.ch</a></li> </ul>
<b>Breve descrizione</b>	Corsi di unihockey per bambini a partire dai 6 anni.
<b>Luogo</b>	A seconda degli allenamenti, per ulteriori informazioni contattare direttamente i

	responsabili.
<b>Corsi e orari</b>	Per ulteriori informazioni contattare direttamente i responsabili.
<b>Costi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Allenamenti su campo grande (almeno due allenamenti settimanali da settembre a maggio/giugno): 300 CHF</li> <li>▪ Allenamenti su campo piccolo (almeno due allenamenti settimanali da settembre a maggio/giugno): 260 CHF</li> </ul>

### SOCIETÀ ATLETICA VIGOR LIGORNETTO

<b>Contatti</b>	Informazioni presso ✉ c/o Andrea Salvadè, Via Ponte di Mezzo 25a, 6854 San Pietro 🌐 <a href="http://www.vigorligornetto.ch">www.vigorligornetto.ch</a> ✉ <a href="mailto:comitato@vigorligornetto.ch">comitato@vigorligornetto.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	Società che propone allenamenti di atletica per bambini a partire dai 6 anni nella categoria dei mini atleti (e anche prima). La società offre allenamenti per le categorie dei mini atleti fino all'agonismo.
<b>Luogo</b>	Palestra, 6853 Ligornetto
<b>Corsi e orari</b>	Allenamenti: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mini atleti (fino agli 8 anni): venerdì dalle 17.15 alle 18.15</li> <li>▪ Gruppo scolari (dai 9 agli 11 anni): martedì e venerdì dalle 18.00 alle 20.00</li> <li>▪ Gruppo giovani (dai 12 ai 15 anni): martedì, mercoledì e venerdì dalle 18.00 alle 20.00</li> </ul>
<b>Costi</b>	Tassa sociale: su offerta

### TENNIS CLUB CHIASSO

<b>Contatti</b>	Informazioni presso ☎ 091/682.06.16 ✉ Via Campagna 4, 6863 Seseglio 🌐 <a href="http://www.tcchiasso.ch">www.tcchiasso.ch</a> ✉ <a href="mailto:tcchiasso@bluewin.ch">tcchiasso@bluewin.ch</a>
<b>Breve descrizione</b>	Il Tennis Club Chiasso organizza corsi di tennis e un camp estivo multisport.
<b>Luogo</b>	Campi di tennis, Seseglio
<b>Corsi e orari</b>	Il Tennis Club Chiasso offre lezioni private e in gruppo di tennis per bambini da principianti ad avanzati. Maggiori informazioni possono essere richieste direttamente ai responsabili.  Il Tennis Club Chiasso organizza inoltre: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Corsi estivi di tennis: settimanalmente dal 22 giugno al 24 agosto 2009. Per le iscrizioni contattare il maestro Cardani allo 091/682.60.16</li> <li>▪ Camp estivo multisport (piscina, tennis, calcetto, green volley, tiro con l'arco, roller blade, hockey, animazione, squash, freesbee).                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 22-26 giugno: dalle 09.00 alle 16.00</li> <li>○ 13-17 luglio: dalle 09.00 alle 16.00</li> <li>○ 20-24 luglio: dalle 09.00 alle 16.00</li> </ul> </li> </ul>
<b>Costi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lezioni private: 40/55 CHF a dipendenza del maestro</li> <li>▪ Lezioni in gruppo: 45/60 CHF a dipendenza del maestro</li> </ul>

## Percorsi vita

I percorsi vita offrono la possibilità a tutta la famiglia di muoversi all'aria aperta e gratuitamente, seguendo un itinerario prestabilito lungo il quale si trovano diversi cartelli con esercizi specifici per migliorare la resistenza, la mobilità e la forza. Maggiori informazioni possono essere trovate sul sito: [www.percorsovita.ch](http://www.percorsovita.ch)

- **Mendrisio** (→ *distanza da Mendrisio: 1 km*)
  - Nome della località, della foresta: Avra
  - Punto di partenza: sulla strada tra Mendrisio e Castel San Pietro
  - Lunghezza: 1,9 km
  - Dislivello: 50 m
- **Novazzano** (→ *distanza da Mendrisio: 5 km*)
  - Nome della località, della foresta: Garbinasca
  - Punto di partenza: Garbinasca
  - Lunghezza: 1,7 km
  - Dislivello: 90 m
- **Stabio** (→ *distanza da Mendrisio: 6 km*)
  - Nome della località, della foresta: Bella cima
  - Punto di partenza: Piazzale del serbatoio dell'acqua potabile
  - Lunghezza: 1,8 km
  - Dislivello: 70 m
- **Chiasso** (→ *distanza da Mendrisio: 9 km*)
  - Nome della località, della foresta: Penz
  - Punto di partenza: Fontanino basso
  - Lunghezza: 2,5 km
  - Dislivello: 80 m

## Esempi di escursioni

Per saperne di più su possibili escursioni nella regione del Mendrisiotto, è possibile contattare l'Ente turistico del Mendrisiotto e Basso Ceresio (091/641.30.50 – [www.mendrisiottotourism.ch](http://www.mendrisiottotourism.ch) – [info@mendrisiottotourism.ch](mailto:info@mendrisiottotourism.ch)).

### Escursione 1: Parco delle Gole della Breggia

Il Parco delle Gole della Breggia si estende sui territori di Balerna, Castel San Pietro, Morbio Inferiore e Morbio Superiore, e può essere visitato liberamente. I sentieri partono dai quattro comuni, è dunque possibile scegliere secondo le proprie esigenze e capacità. Per ulteriori informazioni chiamare lo 091/960.10.29 oppure visitare il sito [www.parcobreggia.ch](http://www.parcobreggia.ch).

### Escursione 2: Monte San Giorgio

A partire da Meride, è possibile un'escursione sul Monte San Giorgio con visita agli scavi fossili e al relativo museo.

Per ulteriori informazioni: <http://www.mendrisiottotourism.ch/contenuto.asp?nid=12&lid=5&cid=2>

### **Escursione 3: Monte Generoso**

È possibile raggiungere il Monte Generoso con il trenino che parte giornalmente dalla stazione di Capolago (da fine marzo a inizio novembre), oppure è possibile spingersi fino a un certo punto in auto e poi proseguire a piedi.

Per ulteriori informazioni: [www.montegeneroso.ch](http://www.montegeneroso.ch)

### **Escursione 4: Parco Pre Murin**

La riserva naturale Pre Murin si trova fra Ligornetto e Besazio, e comprende diversi ambienti naturali come boschi, zone umide, ruscelli, ecc. È inoltre presente un parco giochi.

Per ulteriori informazioni: <http://www.mendrisiottotourism.ch/contenuto.asp?nid=12&lid=5&cid=6>

### **Escursione 5: Sentiero della natura Monte Generoso**

Partendo dalla Vetta (1620 m) fino a raggiungere Bellavista (1220 m) si incontrano sul percorso dodici tavole informative sulla natura del Monte Generoso. Il percorso è lungo 4 km per un dislivello di circa 100 m, percorribili in circa 1 ora e mezza.

Per ulteriori informazioni: <http://www.mendrisiottotourism.ch/escursioni.asp?nid=121&lid=5&cid=2>

## **Piste ciclabili**



### **Pista ciclabile sulla Pianura di San Martino**

Tratto di pista ciclabile che parte dalla zona della Piscina comunale di Mendrisio e porta fino a Capolago/Riva San Vitale. Non ci sono tratti sulla strada cantonale, ma si passa per una strada secondaria. Il tragitto dura circa 15 minuti e può naturalmente essere svolto nei due sensi.

Maggiori informazioni possono essere richieste all'Ente turistico del Mendrisiotto e Basso Ceresio (091/641.30.50 – [www.mendrisiottotourism.ch](http://www.mendrisiottotourism.ch) – [info@mendrisiottotourism.ch](mailto:info@mendrisiottotourism.ch)).

## **Altre proposte**

### **PARCO ACQUATICO CALIFORNIA**

<b>Contatti</b>	 091/695.70.00  Via San Gottardo 4, 6828 Balerna  <a href="http://www.california-acquapark.ch">www.california-acquapark.ch</a>  <a href="mailto:info@california.acquapark.ch">info@california.acquapark.ch</a>
<b>Luogo</b>	Via San Gottardo 4, 6828 Balerna
<b>Breve descrizione</b>	Il Parco Acquatico California è aperto 365 giorni l'anno, e comprende una piscina e due scivoli.  Orari: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Lunedì-venerdì: 8.30-22.00</li><li>▪ Sabato, domenica e festivi: 9.00-20.00</li></ul>
<b>Costi</b>	Acquistando una Family Card è una tessera annuale al costo di 60 CHF e che permette di ottenere degli sconti sulle entrate in piscina.

	Prezzo normale	Prezzo Family Card
<i>Bambini fino a 3 anni (obbligo del costume impermeabile)</i>	Gratis	Gratis
<i>Ragazzi (da 4 a 14 anni)</i>	10.00	8.00
<i>Giovani (da 15 a 20 anni)</i>	14.00	10.00
<i>Adulti</i>	18.00	13.00

È inoltre possibile usufruire di un tessera fedeltà del mercoledì: con accessi alla piscina il mercoledì pomeriggio fra le 13.00 e le 18.00, dopo 4 ingressi pagati se ne riceveranno 2 in omaggio.