

TURISMO **SPORT**



Lucca ♥ Sport

CORSI SPORTIVI COMUNALI 2025/2026



ADDESTRAMENTO CINOFILE

AGILITY DOG LUCCA

Puppy class

Educazione di base ed avanzata

Rally-obedience

Giocchi di attivazione mentale

Percorsi di motivazione

Recupero comportamentale

Paragility

Avviamento all'agility dog

Agility dog agonistica

Corsi di formazione

Costo abbonamenti: a partire da €65,00

Sede: Parco Cinofilo, Via della Chiesa XXIX S. Pietro a Vico

Info: [✉ luccagility2000@gmail.com](mailto:luccagility2000@gmail.com) ☎ 348 9652723

ARTI MARZIALI

ASD CAM RENWAKAI

Corso di avviamento all'Aikido

Costo (esclusa quota di iscrizione): bambini/e e ragazzi/e € 270,00 e adulti € 300,00

Orari: martedì e venerdì 18-18.50 (bambini e ragazzi); 19-20.30 (adulti)

Durata: da ottobre 2025 a maggio 2026 (8 mesi)

Corso di avviamento al Judo

Costo (esclusa quota di iscrizione): bambini/e € 250,00 e adulti € 270,00

Orari: lunedì 17-19 e mercoledì 20.30-22

Durata: 6 mesi

[Possibilità di pagamento anche in quote mensili]

Sede corsi: Centro APICI, Via di Tiglio 1075 S. Filippo - Info: [✉ info@renwakai.it](mailto:info@renwakai.it) 347 5264987

Corso di avviamento al Karate

Costo (esclusa quota di iscrizione): bambini/e (5-10 anni) € 250,00, ragazzi/e (11-20 anni) e adulti € 275,00

[Possibilità di pagamento anche in quote mensili]

Orari: lunedì e giovedì 17.30-18.30 (bambini); 18.30-19.30 (ragazzi); 19-20 (adulti)

Sede: Centro APICI, Via di Tiglio 1075 S. Filippo

Durata: 6 mesi

Info: [✉ camrenwakaikarate@gmail.com](mailto:camrenwakaikarate@gmail.com) ☎ 320 7764209

ASD SAMURAI KARATE

Corsi di avviamento alla pratica delle arti marziali

Costo corsi (escluse iscrizione e assicurazione): €270,00

Info: [✉ info@samuraikarate.it](mailto:info@samuraikarate.it) ☎ 0583 494342 - ☎ 335 6204210 (Marino)

Aikido bambini/e e ragazzi/e

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 17.30-18.30 (bambini); lunedì e giovedì 13.30-14.30, mercoledì e venerdì 18.30-19.30 (ragazzi) → Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Storico

Judo bambini/e e ragazzi/e

Orari e Sede: lunedì e giovedì 16.30-17.30 (bambini); 20-21 (ragazzi) → Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Storico

Karate bambini/e, ragazzi/e e adulti

Orari e Sedi:



Corsi sportivi comunali 2025/2026

lunedì e giovedì 17-18 (bambini); 20-21 (ragazzi)

→ Palestra Ovest Palazzetto dello sport, Via delle Tagliate S. Anna

lunedì e giovedì 18.30-19.30 (adulti) → Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Storico

Kick Boxing bambini/e, ragazzi/e e adulti

Orari e Sede: lunedì e giovedì 17.30-18.30 (bambini); 18.30-19.30 (ragazzi e adulti) → Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Storico

Kung-fu

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 20-21 → Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Storico

MMA - Arti Marziali Miste

Orari e Sede: venerdì 20-22 → Palestra Ovest Palazzetto dello sport, Via delle Tagliate S. Anna

Corso di avviamento alla pratica delle arti marziali (Jeet Kune Do)

Costo (escluse iscrizione e assicurazione): €280,00

Orari e Sede: martedì e venerdì 20-21 → Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Storico

Info: ☎ info@samuraikarate.it ☎ 0583 494342 - ☎ 335 6204210 (Marino)

Corso di avviamento alla pratica dell'uso della spada giapponese (Iaido)

Costo (escluse iscrizione e assicurazione): €55,00 mensili

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 20-22 → Palestra Est Palazzetto dello sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info: ☎ info@samuraikarate.it ☎ 0583 494342 - ☎ 335 6204210 (Marino)

ASD SCUOLA KENDO LUCCA

Corso di avviamento al Kendo

Costo: € 300,00

[Possibilità di effettuare un periodo di prova gratuito di 6 lezioni]

Orari e Sede: lunedì e giovedì 19-21 → Palestra Scuola Primaria "C. Sardi" S. Alessio

Info: ☎ info@scuolakendolucca.it - maurizioliparelli@gmail.com

☎ 339 7035958 (Linda) – ☎ 349 3705357 (Maurizio)

ATLETICA

ASD ATLETICA VIRTUS LUCCA

Corsi di atletica leggera per esordienti, ragazzi/e, cadetti/e e allievi/e

Costo (comprensivo di quota associativa, iscrizione e assicurazione): € 330,00 Prima Atletica e Esordienti; € 410,00 Ragazzi, Cadetti e Allievi

[Sconto di € 100,00 in caso di iscrizioni di due fratelli/sorelle]

Sede: Campo scuola " Moreno Martini", Via delle Tagliate S. Anna

Info: ☎ info@virtuslucca.it ☎ 0583 493622 - ☎ 331 2718305

Corso per Adulti

Costo (compresa quota iscrizione e assicurazione): € 260,00

Sede: Campo scuola " Moreno Martini", Via delle Tagliate S. Anna

Info: ☎ info@virtuslucca.it ☎ 0583 493622 - ☎ 331 9458650 (Cristiana)

Progetto "DONNE IN PISTA"

Costo (compresa quota iscrizione e assicurazione): € 25,00 mensili

Sede: Campo scuola "Moreno Martini" e Palestra Ovest Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info: ☎ info@virtuslucca.it ☎ 0583 493622 - ☎ 331 2718305



ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (A.F.A.)

PERCORSO MOTORIO DEDICATO A PERSONE OVER 65 O CON RIDOTTA MOBILITÀ. IN COLLABORAZIONE CON LA ASL

ASD DE COUBERTIN LUCCA

Corsi AFA

Costo (comprensivo di assicurazione): € 210,00

Orari e Sede: lunedì e giovedì, martedì e venerdì 17-18 → Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Durata: da ottobre 2025 a maggio 2026 (8 mesi)

Info: info@decoubertin.it - lucca.usacli@acl.it

✉ cristiana.lucchesi@gmail.com - ✉ cerri.michela@gmail.com

① 339 8454091 (Cristiana per lun-gio)

① 328 6371707 (Michela per mar-ven)

ASD POLISPORTIVA LIBERTAS LUCCA IRENE BACCI

Corsi AFA

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione): € 190,00 da versare in due tranches

Orari e Sedi:

lunedì e mercoledì 18-19 → Palestra Ovest Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

lunedì e mercoledì 10-11 e 11-12 → Via delle Chiavi d'Oro Centro storico

lunedì e mercoledì 10-11 → Centro civico San Vito, Via Giorgini Giovan Battista 15

lunedì e mercoledì 18-19 → Centro civico Pontetetto, via del Giardino, 286/H

Durata: 7 mesi

Info: ✉ polisportiva@libertaslucca.it ① 333 4474037

COMITATO PROVINCIALE AICS LUCCA APS

Corsi AFA bisettimanali di attività motoria per la prevenzione dell'osteoporosi

Costo (comprensivo di assicurazione) e Durata: 8 mesi € 240,00; 4 mesi € 140,00

Orari e Sedi:

martedì e giovedì 9-10 e 10-11, lunedì e mercoledì 11-12, mercoledì e venerdì 17-18 → Palestra Est Palazzetto dello sport, Via delle Tagliate S. Anna

lunedì e giovedì 9-10 e 10-11 → Palestra del Tennis Club Vicopelago

Corsi AFA trisettimanali di attività motoria per la prevenzione dell'osteoporosi

Costo (comprensivo di assicurazione) e Durata: 8 mesi € 290,00; 4 mesi € 160,00

Orari e Sede:

lunedì e mercoledì 9-10, 10-11, 15-16 e 16-17; venerdì 9-10, 10-11, 11-12 e 16-17 → Palestra Est Palazzetto dello sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info: ✉ serviziocivile@aicslucca.it ① 0583 953794 - ① 347 5738888 (Susanna)

UISP APS LUCCA-VERSILIA

Attività Motoria Adattata, Terza Età, 1° livello AFA

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione) e Durata: 8 mesi (2h a settimana) € 200,00

[Possibilità di effettuare due lezioni di prova, per le quali è obbligatorio essere in possesso di tessera e certificato medico con EEG senza prova di sforzo]

Orari e Sedi:

martedì e giovedì 17-18 → Palestra Teatro ICLUC3, Via Don Minzoni S. Anna

lunedì e venerdì 9-10 → ARCI, Via Carlo Sforza 157/B S. Anna

martedì e giovedì 9.30-10.30, 10.30-11.30 e 15.30-16.30

→ Sede UISP Lucca, Via Del Tiro a Segno 231 trav. IV S. Anna

[La sede UISP APS in Via del Tiro a Segno 231, Traversa IV, è aperta al pubblico per iscriversi ai corsi nei seguenti giorni e orari: lunedì 10-12, martedì e giovedì 15.30-18.30. È possibile anche iscriversi online inviando copia del bonifico e certificato medico all'indirizzo e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it.]

Info: ✉ lucca.luccaversilia@uisp.it ① 347 4686826 (Emilio)



CALCIO

ASD US AQUILA S. ANNA

Corsi di Scuola Calcio (anni 2016-2017-2018-2019-2020-2021)

Costo s.s. 2025/2026 (comprensivo di iscrizione, assicurazione e tesseramento FIGC): € 200,00

Sede: Impianto sportivo Campo di Calcio Via del Tiro a Segno 596 S. Anna

Info:  scuolacalciojla@gmail.com ☎ 328 9232598 - ☎ 340 0949822

SCUOLA CALCIO S.PIETRO A VICO

[CIRCOLO A.N.S.P.I VIVERE S. PIETRO A VICO ASD]

Corsi di avviamento al calcio e allo sport (anni 2017-2018-2019-2020)

Costo corso bisettimanale (comprensivo di assicurazione): € 170,00

[Possibilità di effettuare due lezioni di prova]

Durata: da ottobre 2025 a maggio 2026 (8 mesi)

Sede: Impianto sportivo "I Campini" di S.Pietro a Vico, Via dell'Acquacalda 2500 S.Pietro a Vico

Info:  estalandiaspv@gmail.com ☎ 338 9584025 (Paolo)

CICLISMO

ASD LUCCA TRAIL VALLEY

"Ludo Bike" Corso di avviamento alla mountain bike per bambini/e e ragazzi/e

"Scuola MTB" Percorsi formativi per ragazzi/e e adulti

"Trailbuilding e manutenzione sentieri" Attività di educazione ambientale aperte a tutti

Prezzi dei corsi strutturati a pacchetto (lezioni singole o cicli)

Orari:

mercoledì 17:30-19:00 → Ludo Bike

sabato 10:30-12:00 → Ludo Bike; 15:00-16:30 → MTB School

dal lunedì al venerdì (pomeriggio) → lezioni individuali MTB School

Sedi: Campo Scuola Ciciana, Marlia (LU); Percorso Vita Marlia; Aree verdi, percorsi ciclopedonali e sentieri del territorio comunale e limitrofo

[Il calendario dettagliato verrà comunicato periodicamente in base alle condizioni meteo e ai gruppi partecipanti]

Info:  lu.trailvalley@gmail.com ☎ 329 3562931 - ☎ 348 3532476

FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA - COMITATO DI LUCCA

Scuola Ciclismo Lucchese per bambini/e (5-12 anni)

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione): €120,00 mensile

[Per accedere al corso è necessario essere in possesso di certificato non agonistico]

Durata: da ottobre 2025 a febbraio 2026

Orario e Sede: lunedì 15.30-17.30 → Velodromo coperto Handerson, Via Salicchi

[L'orario può subire variazioni nel corso dell'anno]

Info:  cyclingteamlucca@virgilio.it ☎ 353 4865749 - ☎ 366 4870517

[Il primo anno saranno forniti bicicletta e casco in comodato d'uso dalla scuola per effettuare il corso, dal secondo anno in poi potranno essere acquistati completino estivo maglia e pantaloncini ad € 50,00]



DANZA ADULTI E BAMBINI

ASD RITMICA GIRASOLE

Danza Classica - corsi di base

Costo: € 50,00 mensili (esclusa quota di iscrizione)

Sede: Liceo "A. Vallisneri" S. Anna

Info:  ritmicagirasole@gmail.com ☎ 333 2939702 (Gemma)

UISP APS LUCCA-VERSILIA

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione) e Durata corsi: 8 mesi (2h a settimana) € 220,00

[Possibilità di effettuare due lezioni di prova, per le quali è obbligatorio essere in possesso di tessera e certificato medico con EEG senza prova di sforzo]

Corso di Danze Tradizionali Popolari

Orari e Sede: lunedì 18-20 e giovedì 21-23 → ARCI Via Carlo Sforza 157/B S. Anna

Corso di Danze Caraibiche di Gruppo

Orario e Sede: lunedì 21-23 → Palestra Giusti ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

Corso di Gioco Danza (4/5 anni)

Corso di Danza Moderna (6/8 anni)

Orari e Sede: martedì e giovedì 16.30-17.30 (gioco danza), 17.30-18.30 (danza moderna) → Sede UISP Lucca
Via Del Tiro a Segno 231 trav. IV S. Anna

Corso di Danza Ragazzi (9/13 anni)

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 17-18 → Palestra Teatro ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

[La sede UISP APS in Via del Tiro a Segno 231, Traversa IV, è aperta al pubblico per iscriversi ai corsi nei seguenti giorni e orari: lunedì 10-12, martedì e giovedì 15.30-18.30. È possibile anche iscriversi online inviando copia del bonifico e certificato medico all'indirizzo e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it.]

Info:  lucca.luccaversilia@uisp.it ☎ 347 4686826 (Emilio)

DIFESA PERSONALE

ZEFIRO IMPRESA SOCIALE

Corso di Krav Maga per ragazzi/e (11-16 anni)

Costo: gratuito

Orario e Sede: lunedì 19-20 → Palestra Est Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info:  agenziaformativazefiro@gmail.com ☎ 347 1214235 (Valentina)

DISCIPLINE INVERNALI

ASD FOCOLACCIA SCI FONDO LUCCA

Ginnastica presciistica per adulti (15-99 anni)

Costo corso bisettimanale (comprensivo di assicurazione FISI): € 200,00

Durata: da ottobre 2025 a febbraio 2026

Orari e Sede: martedì e venerdì 19-20.30 → Palestra grande Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini", S. Vito

Info:  info@focolaccia.it 338 7194513 (Renzo)



Corsi sportivi comunali 2025/2026

Sci di fondo ragazzi/e (8-12 anni) e adulti

Costo orientativo: € 250,00 (ragazzi); € 320,00 (adulti)- Residenziale per tre giorni (venerdì, sabato, domenica)

Durata corsi: febbraio-marzo 2026

Località: Le Piane di Mocogno (MO), Appenino Tosco-emiliano

Info: info@focolaccia.it ☎ 388 0740095 - 347 2449905 - 345 3480762 (ragazzi); 338 9063175 (adulti)

Skiroll ragazzi/e (7-14 anni)

Costo (esclusa assicurazione): € 100,00

Durata: da aprile a maggio 2026

Orari e Sede: 18-19.30 → sede dell'ASD Focolaccia, Via delle Scuole Massa Pisana

Info: info@focolaccia.it - ufficiogare.focolaccia@gmail.com

[Per chi fosse interessato ad avvicinarsi alla pratica del biathlon saranno previste apposite sezioni di tiro con carabina ad aria compressa presso il poligono del Tiro di Lucca]

[I costi dei corsi potrebbero subire leggere variazioni a causa delle variabili legate ai soggiorni e ai trasporti collettivi]

DISCIPLINE STORICHE

ASD TIRO, LANCIO, GIOCO

Corso avviamento di Tiro della Forma e Gioco dei birilli

Costo e Durata: € 15,00 mensili (da ottobre 2025 a giugno 2026)

Orari e Sede: mercoledì e venerdì 15-16 → Impianto Tiro della Forma, Via Terrazza Petroni 469 S. Marco (ex Via della Scogliera)

Info: tirolanciogioco@gmail.com ☎ 320 2312433 (Alessandra)

ASS.NE SBANDIERATORI E MUSICI "CITTÀ DI LUCCA"

Corsi per tamburini e chiarine per bambini/e, ragazzi/e e adulti (suddivisi per categoria)

Costo: € 100,00

Orari: lunedì 19-20, 21-22 e 22-23

Corsi per sbandieratori per bambini/e, ragazzi/e e adulti (suddivisi per categoria)

Costo: € 100,00

Orari: mercoledì 19-20, 20-21 e 21-22

[Le quote comprendono il materiale da allenamento e la fornitura dell'abito storico in occasione della partecipazione alle attività storico rievocate]

Info: info.sbandluccasantanna@gmail.com ☎ 348 8839382 (Rossella)

COMPAGNIA BALESTRIERI LUCCA APS

Corsi gratuiti di bandiera per bambini/e e adulti (4 mesi)

Corso gratuito di tiro con l'arco storico (3 mesi)

Corso gratuito di musica per bambini/e (4 mesi)

Corso gratuito di musica per adulti (6 mesi)

Corsi di tiro con la balestra per bambini/e e adulti

Costo e Durata: € 30,00 (3 mesi)

Corso di tiro con l'arco e balestra

Costo: € 40,00

Sede corsi: Sotterraneo Baluardo S. Pietro

Info: compagniabalestrierilucca@gmail.com ☎ 328 1767826



LO STUDIORUM - LUCCA APS

Corso di danza rinascimentale per adulti e ragazzi/e

Costo: € 25,00 mensili (1° mese gratuito)

Sede: Centro Civico di Pontetetto, Via del Giardino 286/h

Info: [✉ lostudiorumlucca@gmail.com](mailto:lostudiorumlucca@gmail.com) ☎ 347 4941513

EQUITAZIONE

CENTRO EQUITAZIONE LA LUNA ASD

Corsi di Equitazione ludica e preagonistica

Attività agonistica Monta inglese, Discipline olimpiche Salto ostacoli, Dressage, Completo

Equitazione bambini/e (su pony piccolo)

Costo: € 150,00

Equitazione bambini/e e ragazzi/e (su pony e cavallo)

Costo: € 200,00

Equitazione adulti

Costo: € 220,00

Durata corsi: 10 lezioni spendibili in un periodo massimo di 3 mesi

Sede: Via Terrazza Petroni 877 S. Marco (ex Via della Scogliera)

Info: [✉ centroequitazionelaluna@gmail.com](mailto:centroequitazionelaluna@gmail.com) ☎ 320 2312433 (Alessandra)

GINNASTICA E FITNESS

ASD ATLETICA VIRTUS LUCCA

Ginnastica per adulti

Costo: € 260,00

Sede: Campo scuola " Moreno Martini", Via delle Tagliate S. Anna

Info: [✉ info@virtuslucca.it](mailto:info@virtuslucca.it) ☎ 0583 493622 - ☎ 331 2718305

ASD ATMOSFERA DANZA LUCCA

Ginnastica dolce

Costo: € 40,00 mensili / € 320,00 annuali

Orari: lunedì e giovedì 20.30-21.30

Zumba

Costo: € 30,00 mensili / € 270,00 annuali

Orari: martedì e giovedì 18-19

Sede corsi: ASD Atmosfera Danza Lucca

Info: [✉ atmosferadanzaasd@gmail.com](mailto:atmosferadanzaasd@gmail.com) ☎ 347 4919003 (Ilenia)

ASD POLISPORTIVA LIBERTAS LUCCA IRENE BACCI

Allenamento funzionale

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione): € 200,00 da versare in due tranches

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 19-20 → Palestra Ovest Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Danza metabolica

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione): € 190,00 da versare in due tranches

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 18-19 → Palestra Est Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna



Corsi sportivi comunali 2025/2026

Music Fitness

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione): € 200,00

Orari e Sede: lunedì e venerdì 19-20 → Centro civico San Vito, Via Giorgini Giovan Battista 15

Pilates

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione): € 200,00 da versare in due tranches

Orari e Sede:

martedì e giovedì 17-18 e 18-19 → Via dell'Acquacalda 670 S. Pietro a Vico

martedì e venerdì 18-19 → Centro civico San Vito, Via Giorgini Giovan Battista 15

Zumba

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione): € 190,00 da versare in due tranches

Orari: martedì e giovedì 17-18 (Zumba kids); 19-20 (Zumba)

Sede: Palestra Est Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info:  polisportiva@libertaslucca.it ☎ 333 4474037

Durata corsi: 7 mesi

CENTRO SPORTIVO ITALIANO - COMITATO PROVINCIALE DI LUCCA

Costo corsi (compresa tassa iscrizione): € 200,00

Attività motoria terza età

Durata: 7 mesi

Sede: Circolo anziani Lucca 7, Via Urbiciani

Ginnastica dolce

Welldance

Sedi: Palestra Scuola Secondaria di I grado "L. da Vinci" S. Concordio, Palestra Scuola primaria "L. Donatelli" S. Vito, Palestra Scuola Primaria "E. De Amicis" S. Maria del Giudice

Fitness yoga

Sede: Palestra Scuola primaria "L. Donatelli" S. Vito

Pilates

Sede: Palestra Scuola Secondaria di I grado "L. da Vinci" S. Concordio

Cardio twist

Sede: Palestra Scuola Primaria "E. De Amicis" S. Maria del Giudice

Info:  csicomitatolucca@gmail.com ☎ 371 4638191

COMITATO PROVINCIALE AICS LUCCA APS

Attività motoria per la salute ed il fitness

Costo corso bisettimanale (comprensivo di assicurazione) e Durata: 7 mesi € 180,00

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 16-17 e 17-18 → Palestra grande Scuola Secondaria di I grado "G. Custer de Nobili" S. Maria a Colle

Body tonic

Costo corso bisettimanale (comprensivo di assicurazione) e Durata: 7 mesi € 180,00

Orari e Sede: martedì e giovedì 19-20 → Palestra Scuola Secondaria di I grado "L. da Vinci" S. Concordio

Attività motoria per adulti e la terza età

Costi (comprensivi di assicurazione) e Durata:

Palazzetto dello Sport → 8 mesi €240,00 (mensile €30,00); 4 mesi € 140,00 (mensile €35,00)

S. Maria a Colle → 7 mesi € 180,00

Orari e Sedi:

lunedì e mercoledì 18-19 → Palestra Est Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

lunedì e mercoledì 16-17 e 17-18 (per 4 ore settimanali) → Palestra Scuola Secondaria di I grado "G. Custer de Nobili" S. Maria a Colle

Info:  circolotennislucca@gmail.com - info@aicslucca.it ☎ 0583 953794 - ☎ 347 5738888 (Susanna)



UISP APS LUCCA-VERSILIA

Costo (comprensivo di tessera e assicurazione) e Durata corsi: 8 mesi (2h a settimana) € 220,00
[Possibilità di effettuare due lezioni di prova, per le quali è obbligatorio essere in possesso di tessera e certificato medico con EEG senza prova di sforzo]

Ginnastica Posturale

Orari e Sedi:

martedì e giovedì 19-20 → Palestra Citarella ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

martedì e giovedì 20-21 → Palestra Giusti ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

martedì e giovedì 11.30-12.30 e 18.30-19.30 → Sede UISP Lucca Via Del Tiro a Segno 231 trav. IV S. Anna

Ginnastica Corpo Libero

Orario e Sede: martedì e giovedì 8.30-9.30 → Sede UISP Lucca Via Del Tiro a Segno 231 trav. IV S. Anna

Ginnastica Adulti

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 18-19 → Palestra Teatro ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

Total Body Workout

Orari e Sede: lunedì e mercoledì 19-20 → Palestra Teatro ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

Tonificazione

Orari e Sede: martedì e giovedì 18-19 e 19-20 → Palestra Teatro ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

Pilates

Orari e Sede: martedì e giovedì 18-19 e 19-20 → Palestra Giusti ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna

Pilates del Risveglio e Mat Work

Orari e Sede: mercoledì e venerdì 8:30-9:30 (risveglio), 9.30-10.30 (mat work) → Sede UISP Lucca Via Del Tiro a Segno 231 trav. IV S. Anna

[La sede UISP APS in Via del Tiro a Segno 231, Traversa IV, è aperta al pubblico per iscriversi ai corsi nei seguenti giorni e orari: lunedì 10-12, martedì e giovedì 15.30-18.30. È possibile anche iscriversi online inviando copia del bonifico e certificato medico all'indirizzo e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it]

Info: ✉ lucca.luccaversilia@uisp.it ☎ 347 4686826 (Emilio)

ASD DE COUBERTIN LUCCA

Info: info@decoubertin.it - lucca.usacli@acli.it

Durata corsi: ottobre 2025 – maggio 2026 (8 mesi)

Ginnastica per adulti

Costo (comprensivo di assicurazione): € 210,00

Orari e Sedi:

lunedì e giovedì, martedì e venerdì 18-19 → Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito
lunedì e giovedì 19-20 → Palestra grande Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Info: ✉ cristiana.lucchesi@gmail.com - cerri.michela@gmail.com ☎ 339 8454091 (Cristiana per lun-gio) - ☎ 328 6371707 (Michela per mar-ven)

Tone Up

Costo (comprensivo di assicurazione): € 260,00

Orari e Sede:

lunedì, mercoledì e giovedì 19-20; lunedì, mercoledì e venerdì 20-21 → Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Info: ✉ simonetomei106@gmail.com - cerri.michela@gmail.com

☎ 328 6371707 (Michela per orario 19-20) - ☎ 329 4143360 (Simone per orario 20-21)

Total body Workout

Costo (comprensivo di assicurazione): € 210,00

Orario e Sede: martedì e venerdì 19-20 → Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Info: ✉ cerri.michela@gmail.com ☎ 328 6371707 (Michela)

Rieducazione pavimento pelvico

Costo (comprensivo di assicurazione): € 160,00

Orario e Sede: mercoledì 18-19 → Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Info: ✉ cerri.michela@gmail.com ☎ 328 6371707 (Michela)



ZEFIRO IMPRESA SOCIALE

Fitness musicale Zumba Kids per ragazzi/e (9-13 anni)

Costo: gratuito

Orario e Sede: venerdì 17-18.30 → Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "C. Del Prete" S. Anna

Info:✉ agenziaformativazefiro@gmail.com ☎ 347 1214235 (Valentina)

GINNASTICA ARTISTICA

ASD GINNASTICA ARTISTICA LUCCA

Corso di ginnastica artistica da 2 ore settimanali

Costo: € 60,00 mensile; € 460,00 annuale

Corso di ginnastica artistica da 3 ore settimanali

Costo: € 70,00 mensile; € 530,00 annuale

Durata corsi: da ottobre 2025 a maggio 2026 (8 mesi)

Iscrizione e assicurazione: € 35,00 (validità annuale)

Sede: Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info:✉ ginnasticaartisticalucca@gmail.com ☎ 349 8788472 - ☎ 328 2258810 - ☎ 353 4673905

<https://www.ginnasticaartisticalucca.com>

<https://www.instagram.com/ginnasticartisticalucca/>

GINNASTICA RITMICA

ASD GINNASTICA RITMICA ALBACHIARA

[Società FGI di serie A]

Corso base di ginnastica ritmica per bambine dai 3 anni

Costo (comprensivo di tesseramento e assicurazione): € 350,00

Corso avanzato di ginnastica ritmica per bambine dai 6 anni

Costo (comprensivo di tesseramento e assicurazione): € 500,00

Durata corsi: da settembre 2025 a giugno 2026

Sede: Palestre Scuola Secondaria di I grado "M. Buonarroti" Ponte a Moriano

Info:✉ asdalbachiara@gmail.com ☎ 328 8227433 (Antonella)

ASD GINNASTICA RITMICA LUCCA

Corso di psicomotoria (4-6 anni) - Costo (comprensivo di assicurazione e tesseramento): € 300,00

Corso di avviamento (6-8 anni) - Costo (comprensivo di assicurazione e tesseramento): € 300,00

Corso di ritmica avanzato - Costo (comprensivo di assicurazione e tesseramento): € 370,00

Sedi: Palestre Ist. Nottolini e Palestre Scuola Elementare Giusti (IC Lucca 3, Via Don Minzoni S. Anna)

Info:✉ info@ritmicalucca.it ☎ 347 3747150

www.ritmicalucca.it

ASD RITMICA GIRASOLE

Corso Gioco Ritmica (anni 2021-2022) Costo (comprensivo di quota di iscrizione): € 270,00 annuali

Corso Esordienti (anni 2020-2019-2018)

Corso Allieve (anni 2017 e precedenti) Costo (comprensivo di quota di iscrizione): € 290,00 annuali

Sede corsi: Scuola Secondaria di I grado "C. Del Prete" S. Anna

Corsi di base e avanzati - Costo: € 50,00 mensili (esclusa quota di iscrizione)

Sede: Palestre Sardi S. Alessio

Info:✉ ritmicagirasole@gmail.com ☎ 333 2939702 (Gemma)



PALLACANESTRO

ASD GOSP SLAM

CORSO DI BASKET

Costo: € 250,00 annuali

Orari e Sede: martedì e giovedì 20-21 e 21-22 → Palestra Scuola Primaria “Don Milani” S. Anna

Info:  gosp slam@gmail.com ☎ 320 8390744 (Gianluca)

ASD LIBERTAS BASKET LUCCA

CORSI DI MINIBASKET E BASKET

Costo: € 500,00

Giorni: lunedì, martedì e giovedì - [Orari e giorni dei corsi in definizione]

Sedi: Scuola primaria “Don Milani” S. Anna e Parterre Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info:  libertasbasketlu@gmail.com ☎ 328 7340367 (Elisabetta)

ASD LUCCA SKY WALKERS

CORSI DI MINIBASKET UNDER 13 E ESORDIENTI (ANNO 2014)

Costo: € 380,00 con possibilità di suddividere in rate su richiesta

CORSI DI MINIBASKET AQUILOTTI E GAZZELLE (ANNI 2015-2016)

CORSI DI MINIBASKET PULCINI/PAPERELLE E SCOIATTOLI/LIBELLULE (ANNI 2017-2018-2019-2020-2021)

Costo: € 350,00 con possibilità di suddividere in rate su richiesta - [Orari e giorni dei corsi in definizione]

Sedi: Scuola primaria “Don Milani” S. Anna, Scuola Seconadaria di I grado “D. Chelini” S. Vito e Parterre

Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info:  info@luccaskywakers.com ☎ 333 9876948 (Luca)

BASKETBALL CLUB LUCCA SSD A RL

CORSI DI MINIBASKET PULCINI E SCOIATTOLI (ANNI 2017-2018-2019-2020)

Costo: € 390,00 pagabile in massimo tre rate

CORSI DI MINIBASKET AQUILOTTI E ESORDIENTI (ANNI 2014-2015-2016)

Costo: € 420,00 pagabile in massimo tre rate

Sedi: Scuola primaria “Don Milani” S. Anna, Scuola Seconadaria di I grado “L. da Vinci” S. Concordio e

Parterre Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info:  basketballclublucca@gmail.com ☎ 328 8280336 (Giacomo)

BCL LAB ASD

CORSI DI MINIBASKET PULCINI E SCOIATTOLI (ANNI 2017-2018-2019-2020)

Costo: € 390,00 pagabile in massimo tre rate

CORSI DI MINIBASKET AQUILOTTI E ESORDIENTI (ANNI 2014-2015-2016)

Costo: € 420,00 pagabile in massimo tre rate

Sedi: Scuola primaria “Don Milani” S. Anna, Scuola Seconadaria di I grado “L. da Vinci” S. Concordio

e Parterre Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna

Info:  basketballclublucca@gmail.com ☎ 328 8280336 (Giacomo)



PALLAVOLO

ASD LIBERTAS PONTE A MORIANO

Minivolley – corso di avviamento alla pallavolo (6-10 anni) - Costo: € 300,00 annuali

Corso di pallavolo per bambini/e (11-14 anni) - Costo: € 400,00 annuali

Corso di pallavolo per ragazzi (14-18 anni) - Costo: € 500,00 annuali

Sedi: Palestra Scuola Sec. di I grado "M. Buonarroti" e Palestra Scuola Primaria "I. Nieri", P.te a Moriano

Info:  asdlibertasponteamoriano@gmail.com ☎ 347 0111599 (Minivolley) - ☎ 340 4155300 (Alessio)

ASD VOLLEY PANTERA LUCCA

Corso avviamento volley per ragazzi/e delle scuole medie e superiori

Costo: € 350,00 annuali

Orari: dal lunedì al venerdì orario serale

Sede: Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" San Vito

Info:  panteralucca@gmail.com ☎ 349 0032245 (Roberto)

GS LIBERTAS SYSYEM VOLLEY ASD

Corso di avviamento alla pallavolo per bimbi/e (3-6 anni)

Minivolley (7-12 anni)

Costo: € 300,00 annuali

Orari: martedì e giovedì 16.30-18

Sede: Scuola Secondaria di I grado "C. De Nobili" S. Maria a Colle

Info:  systemvolley@gmail.com ☎ 338 9099568 - ☎ 335 726358 (Luigi)

UNIONE PALLAVOLO LUCCHESE ASD

Corso Volley

Costo: € 30,00 mensili; € 300,00 annuali

Orari e Sedi:

giovedì 21-23 → Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" San Vito

martedì, giovedì e venerdì 21-23 → Palestra grande Scuola Secondaria di I grado "C. del Prete" S. Anna

Info:  unionepallavololucchese@gmail.com ☎ 329 1656351 (Roi)

PATTINAGGIO

ASD LUCCA ROLLER CLUB

Corso di avviamento al pattinaggio In-line bambini/e - Costo: € 50,00 mensili

Corso base di pattinaggio Freestyle ragazzi/e Costo: € 60,00 mensili

Corso base di pattinaggio Freestyle Costo: € 60,00 mensile; € 150,00 trimestrale

Orari corsi: lunedì e giovedì 17-19

Costo tassa di iscrizione e tesseramento per i corsi: € 30,00 annuali

Corso di pattinaggio Freestyle per adulti Costo: € 180,00 (pacchetto da 10 lezioni)

Orari: lunedì e mercoledì 21-22

Sede: Palestra grande Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Info:  luccarollerclub@inwind.it ☎ 399 2919963 (Maria Paola)



ASD SKATING CLUB LUCCA

Corsi di avviamento al Pattinaggio artistico a rotelle per bambine/i dai 4 anni

Costo (esclusa tassa iscrizione): € 50,00 mensili; € 500,00 annuali

[Sconti per seconda figlia/o e per i maschietti]

Sedi: Pista di pattinaggio ex Ostello S. Marco
e Palestra Scuola Secondaria di I grado "L. da Vinci" S. Concordio

Info: [✉ asdkatingclublucca@gmail.com](mailto:asdkatingclublucca@gmail.com) ☎ 349 3754402 - ☎ 349 2678228 (Patrizia)

PUGILATO

ASD SP PUGILISTICA LUCCHESE

Corso di avviamento al pugilato giovanile (5-13 anni)

Costo: € 25,00 mensili

Orari: martedì e giovedì 18.30-19.30

Corso di pugilato amatoriale di Gym Box

Costo: € 40,00 mensili

Orari: lunedì, mercoledì e venerdì 17-18.30, 18.30-20.30 e 20.30-22

Corso di pugilato agonistico

Costo: € 35,00

Sede: Cittadella della Salute – Ospedale Campo di Marte, Via N. Barbantini snc

Info: [✉ giulio.monselesan@libero.it](mailto:giulio.monselesan@libero.it) ☎ 349 6487249

SCHERMA

ASD CLUB SCHERMA LUCCA TBB

Scherma per bambini/e e ragazzi/e Formativa (5-7 anni) e Pre-agonistica (7-10 anni)

Costo: € 65,00 al mese + € 50,00 di iscrizione, assicurazione e tesseramento

Scherma agonistica 1 (11-12 anni) e 2 (>=13 anni)

Costo: € 85,00 al mese + € 50,00 di iscrizione, assicurazione e tesseramento

Corso di avviamento alla scherma per adulti

Costo: € 60,00 al mese + € 50,00 di iscrizione, assicurazione e tesseramento

[Tutti i corsi offrono la possibilità di iniziare con 3 prove gratuite]

Orari:

martedì e giovedì 16.30-18 → Formativa

lunedì, mercoledì e venerdì 16.30-18.15 → Pre-agonistica

lunedì, mercoledì e venerdì 16.30-18.15 e martedì e giovedì 18-21 → Agonistica 1

lunedì, martedì, mercoledì, giovedì e venerdì 18-21 → Agonistica 2

lunedì e mercoledì 20.30-22.30 → Adulti

Durata corsi: da settembre 2025 a giugno 2026

Sede: Centro polisportivo EL Nino, Via dei Gianni 331/361 SS. Annunziata

Info: [✉ clubschermaluccatbb@virgilio.it](mailto:clubschermaluccatbb@virgilio.it) ☎ 347 418079 (Roberto)

www.clubschermaluccatbb.com

ASD LUDO SPORT COMBAT ACADEMY

Corsi di Ludosport Lightsaber Combat

Costo: a partire da € 400,00 annuali, a seconda del tipo di corso e pagamento scelto.

[Possibilità di effettuare lezioni di prova gratuite]

Info: [✉ portadeimari@ludosport.net](mailto:portadeimari@ludosport.net) 379 2303030 (WhatsApp)

@ludosport_portadeimari



ASSOCIAZIONE SCHERMISTICA LUCCHESO O. PULITI

Corsi di scherma per tutte le età

Costo: € 150,00 + € 20,00 di assicurazione

Durata: 3 mesi

Corso serale di scherma per adulti

Costo: € 60,00 mensili

Orari e Sede corsi: tutti i giorni (lun-ven) dalle 16.30 alle 18 → sede Associazione Schermistica Lucchese O.

Puliti, Via S. Annunziata 73 trav. III

Info: [✉ pulitischerna@gmail.com](mailto:pulitischerna@gmail.com) ☎ 393 3570260 (Sorin) - ☎ 339 5822326

<https://www.pulitischermalucca.it/>

SUB

ASD CLUB SUB CITTÀ DI LUCCA

Corsi con bombole A.R.A.

Costo:

1° GRADO ARA € 500,00

2° GRADO ARA con specializzazione obbligatoria "orientamento e navigazione" € 520,00

3° GRADO ARA con specializzazione obbligatoria "salvamento" 540,00

[Il costo del corso comprende: tessera federale FIPSAS con copertura assicurativa per le lezioni in piscina e per uscite in mare; kit didattico in formato digitale; tessera socio A.s.d. Club Sub Città di Lucca; noleggio delle attrezzature (bombole, erogatori e GAV) per le prove in piscina e per le uscite in mare]

Orari e Sedi: lunedì 21-22 (lezioni teoria) presso Via Fabio Filzi 51; mercoledì 21-22 presso Piscina Gymnic Club, S. Donato

Info: [✉ info@subcittadilucca.it](mailto:info@subcittadilucca.it) ☎ 392 5179595

[Possibilità di effettuare anche corsi di specializzazione per il raggiungimento dei requisiti minimi richiesti per il rilascio dei brevetti di 1°, 2° e 3° grado; Nei mesi invernali sono in programma anche corsi di BLSD e Oxigen provider Fipsas DAN]

[Inizio corsi 3 novembre 2025 - Termine ultimo per le preiscrizioni 30 settembre 2025]

TIRO CON L'ARCO

ASD COMPAGNIA ARCieri DI LUCCA

Tiro con l'arco corso base per ragazzi/e (under 21)

Costo (comprensivo di assicurazione): € 120,00

Tiro con l'arco corso base per adulti (over 21)

Costo (comprensivo di assicurazione): € 160,00

Corso Avanzato di preparazione all'attività agonistica

Costo (comprensivo di assicurazione): € 150,00

Sede: Palestra Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Info: [✉ arcierilucca@libero.it](mailto:arcierilucca@libero.it) ☎ 349 5208400 (Fabio)

[L'attrezzatura da tiro è messa a disposizione dall'associazione]



TENNIS

COMITATO PROVINCIALE AICS LUCCA APS

Corso tennis per adulti

Costo (comprensivo di assicurazione): 10 lezioni di 1h30 € 260,00 per gruppi di 4 persone; € 350,00 per gruppi di 3 persone

Orario: dal lunedì al venerdì orario serale

Sede: Circolo Tennis Lucca, Vicopelago

Info: [✉ circolotennislucca@gmail.com](mailto:circolotennislucca@gmail.com) - info@aicslucca.it ☎ 0583 378159

ATTIVITÀ SPORTIVA INCLUSIVA

ASD ATLETICA VIRTUS LUCCA

Corso di attività motoria inclusiva

Sede: Campo scuola " Moreno Martini", Via delle Tagliate S. Anna

Info: [✉ info@virtuslucca.it](mailto:info@virtuslucca.it) ☎ 0583 493622 - ☎ 331 2718305

ASD CLUB SCHERMA LUCCA TBB

"SCHERMA PER TUTTI"

Corso di scherma paralimpica inclusiva per bambini/e, ragazzi/e e adulti

Sede: Centro polisportivo EL Nino, Via dei Gianni 331/361 SS. Annunziata

Info: [✉ clubschermaluccatbb@virgilio.it](mailto:clubschermaluccatbb@virgilio.it) ☎ 347 418079 (Roberto)

www.clubschermaluccatbb.com

ASD COMPAGNIA ARCIERI DI LUCCA

Tiro con l'arco corso base per ragazzi/e (under 21)

Costo (comprensivo di assicurazione): € 120,00

Tiro con l'arco corso base per adulti (over 21)

Costo (comprensivo di assicurazione): € 160,00

Corso Avanzato di preparazione all'attività agonistica

Costo (comprensivo di assicurazione): € 150,00

Sede: Palestra Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito

Info: [✉ arcierilucca@libero.it](mailto:arcierilucca@libero.it) ☎ 349 5208400 (Fabio)

[L'attrezzatura da tiro è messa a disposizione dall'associazione]

ASD GOSP SLAM

Baskin junior (under 14) e senior (over 14)

Costo: € 25,00 mensili

Orari: mercoledì e venerdì (junior 20-21 e 21-22); (senior 21-22 e 22-23)

Sede: Palestra Scuola Primaria "Don Milani" S. Anna

Info: [✉ gosp slam@gmail.com](mailto:gosp slam@gmail.com) ☎ 320 8390744 (Gianluca)

ASD TIRO, LANCIO, GIOCO

Corso avviamento di Tiro della Forma e Gioco dei birilli

Costo e Durata: € 15,00 mensili (da ottobre 2025 a giugno 2026)



Corsi sportivi comunali 2025/2026

Orari e Sede: mercoledì e venerdì 15-16 → Impianto Tiro della Forma, Via Terrazza Petroni 469 S. Marco (ex Via della Scogliera)

Info: ✉ tirolanciogioco@gmail.com ☎ 320 2312433 (Alessandra)

CENTRO EQUITAZIONE LA LUNA ASD

Corsi di Equitazione integrata (Riabilitazione equestre/Ippoterapia) per bambini/e, ragazzi/e e adulti

Costo: € 150,00

Corso di Equitazione paralimpica per bambini/e, ragazzi/e e adulti

Costo: € 180,00

Durata corsi: 10 lezioni spendibili in un periodo massimo di 3 mesi

Sede: Via Terrazza Petroni 877 S. Marco (ex Via della Scogliera)

Info: ✉ centroequitazionelaluna@gmail.com ☎ 320 2312433 (Alessandra)

IMPORTANTE:

**Gli orari e le informazioni contenuti nel presente volantino
sono forniti a scopo puramente informativo.**

Tali dati potrebbero essere soggetti a variazioni nel corso dell'anno,
si raccomanda pertanto di contattare i referenti dei corsi di interesse
per ottenere aggiornamenti tempestivi e puntuali.

Per ulteriori informazioni sui corsi sportivi indicati, è inoltre possibile rivolgersi al
referente dell'Ufficio Sport
e-mail giulia.affatigato@comune.lucca.it
☎ 0583 445709

