

CORSI SPORTIVI COMUNALI 2025/2026

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 agli indirizzi indicati nella sezione info di ciascun corso per ottenere aggiornamenti tempestivi e puntuali.

Per ulteriori informazioni sui corsi sportivi indicati all'interno del volantino è inoltre possibile rivolgersi alla referente dell'Ufficio Sport (e-mail giulia.affatigato@comune.lucca.it - tel. 0583 445709).

ADDESTRAMENTO CINOFILO

AGILITY DOG LUCCA

Puppy class;
Educazione di base ed avanzata;
Rally-obedience;
Giochi 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: e-mail luccagility2000@gmail.com ; tel. 348 9652723.

ARTI MARZIALI

ASD CAM RENWAKAI

Corso di avviamento all'Aikido

Costo: bambini/e e ragazzi/e € 270,00 e adulti € 300,00, esclusa quota di iscrizione (possibilità di pagamento anche in quote mensili).

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

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

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

Info: e-mail info@renwakai.it ; tel. 347 5264987.

Corso di avviamento al Judo

Costo: bambini/e € 250,00 e adulti € 270,00, esclusa quota di iscrizione (possibilità di pagamento anche in quote mensili).

Orari: lunedì 17-19 e mercoledì 20.30-22.

Durata: 6 mesi.

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

Info: e-mail info@renwakai.it ; tel. 347 5264987.

Corso di avviamento al Karate

Costo: bambini/e (5-10 anni) € 250,00, ragazzi/e (11-20 anni) e adulti € 275,00, esclusa quota di iscrizione (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: e-mail camrenwakaikarate@gmail.com ; tel. 320 7764209.

ASD SAMURAI KARATE

Corso di avviamento all'Aikido per bambini/e e ragazzi/e

Costo: €270,00, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

Orari: lunedì e mercoledì 17.30-18.30 (bambini); lunedì e giovedì 13.30-14.30, mercoledì e venerdì 18.30-19.30 (ragazzi).

Sede: Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Sotrico.

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 0583 494342 - 335 6204210 (Marino).

Corso di avviamento al Judo per bambini/e e ragazzi/e

Costo: €270,00, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

Orari: lunedì e giovedì 16.30-17.30 (bambini); 20-21 (ragazzi).

Sede: Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Sotrico.

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 0583 494342 - 335 6204210 (Marino).

Corso di avviamento al Karate per bambini/e, ragazzi/e e adulti

Costo: €270,00, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

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

Sede: Palestra Ovest Pazzetto dello sport, Via delle Tagliate S. Anna.

Orari: lunedì e giovedì 18.30-19.30 (adulti).

Sede: Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Sotrico.

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 0583 494342 - 335 6204210 (Marino).

Corso di avviamento alla Kick Boxing per bambini/e, ragazzi/e e adulti

Costo: €270,00, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

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

Sede: Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Sotrico.

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 0583 494342 - 335 6204210 (Marino).

Corso di avviamento al Kung-fu

Costo: €270,00, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

Orari: lunedì e mercoledì 20-21.

Sede: Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Sotrico.

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 0583 494342 - 335 6204210 (Marino).

Corso di avviamento alle MMA - Arti Marziali Miste

Costo: €270,00, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

Orario: venerdì 20-22.

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

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 0583 494342 - 335 6204210 (Marino).

Corso di avviamento al Jeet Kune Do

Costo: €280,00, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

Orari: martedì e venerdì 20-21.

Sede: Palestra Samurai Karate, P.zza San Francesco 35 Centro Sotrico.

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 0583 494342 - 335 6204210 (Marino).

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

Costo: €55,00 mensili, escluse quota di iscrizione e assicurazione.

Orari: lunedì e mercoledì 20-22.

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

Info: e-mail info@samuraikarate.it ; tel. 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: lunedì e giovedì 19-21.

Sede: Palestra Scuola Primaria "C. Sardi" S. Alessio.

Info: e-mail info@scuolakendolucca.it - maurizioliparelli@gmail.com ; tel. 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.

(è previsto uno sconto di € 100,00 in caso di iscrizioni di due fratelli/sorelle).

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

Info: e-mail info@virtuslucca.it ; tel. 0583 493622 - 331 2718305.

Corso per Adulti

Costo (comprensivo di quota iscrizione e assicurazione): € 260,00.

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

Info: e-mail info@virtuslucca.it ; tel. 0583 493622 - 331 9458650 (Cristiana).

Progetto “DONNE IN PISTA”

Costo (comprensivo di quota iscrizione e assicurazione): € 25,00 mensili.

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

Info: e-mail info@virtuslucca.it ; tel. 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: lunedì e giovedì, martedì e venerdì 17-18.

Sede: Palestra piccola Scuola Secondaria di I grado “D. Chelini” S. Vito.

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

Info: e-mail info@decoubertin.it - lucca.usacli@acli.it - cristiana.lucchesi@gmail.com - cerri.michela@gmail.com ; tel. 339 8454091 (Cristiana per lun-gio) - 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 tranche.

Orari: lunedì e mercoledì 18-19.

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

Orari: lunedì e mercoledì 10-11 e 11-12.

Sede: Via delle Chiavi d'Oro Centro storico.

Orari: lunedì e mercoledì 10-11.

Sede: Centro civico San Vito, Via Giorgini Giovan Battista 15.

Durata: 7 mesi.

Info: e-mail polisportiva@libertaslucca.it ; tel. 333 4474037.

COMITATO PROVINCIALE AICS LUCCA APS

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

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

Orari: martedì e giovedì 9-10 e 10-11, lunedì e mercoledì 11-12, mercoledì e venerdì 17-18.

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

Orari: lunedì e giovedì 9-10 e 10-11.

Sede: Palestra del Tennis Club Vicopelago.

Info: e-mail serviziocivile@aicslucca.it ; tel. 0583 953794 - 347 5738888 (Susanna).

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

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

Orari: lunedì e mercoledì 9-10, 10-11, 15-16 e 16-17; venerdì 9-10, 10-11, 11-12 e 16-17.

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

Info: e-mail serviziocivile@aicslucca.it ; tel. 0583 953794 - 347 5738888 (Susanna).

UIISP APS LUCCA-VERSILIA

Attività Motoria Adattata, Terza Età, 1° livello AFA

Costo e durata (comprensivo di tessera e assicurazione): 8 mesi € 200,00 (corso da 2h a settimana).

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: martedì e giovedì 17-18.

Sede: Palestra Teatro ICLUC3, Via Don Minzoni S. Anna.

Orari: lunedì e venerdì 9-10.

Sede: ARCI, Via Carlo Sforza 157/B S. Anna.

Orari: 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.

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

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: e-mail scuolacalciojla@gmail.com ; tel. 328 9232598 - 340 0949822.

SCUOLA CALCIO S.PIETRO A VICO [CIRCOLO A.N.S.PI 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: e-mail estalandiaspv@gmail.com ; tel. 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 e 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 Ciciano, Marlia (LU); Percorso Vita Marlia; Aree verdi, percorsi ciclopeditoni e sentieri del territorio comunale e limitrofo.

Info: e-mail lu.trailvalley@gmail.com ; tel. 329 3562931 - 348 3532476.

Il calendario dettagliato verrà comunicato periodicamente dall'associazione in base alle condizioni meteo e ai gruppi partecipanti.

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: lunedì 15.30-17.30 (l'orario può subire variazioni nel corso dell'anno).

Sede: Velodromo coperto Handerson, Via Salicchi.

Info: e-mail cyclingteamlucca@virgilio.it ; tel. 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 completo estivo maglia e pantaloncini ad € 50,00.

DANZA ADULTI e BAMBINI

ASD RITMICA GIRASOLE

Corsi di base di Danza Classica

Costo: € 50,00 mensili, esclusa quota di iscrizione.

Sede: Liceo "A. Vallisneri" S. Anna.

Info: e-mail ritmicagirasole@gmail.com ; tel. 333 2939702 (Gemma).

UISP APS LUCCA-VERSILIA

Corso di Danze Tradizionali Popolari

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

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: lunedì 18-20 e giovedì 21-23.

Sede: ARCI Via Carlo Sforza 157/B S. Anna.

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

Corso di Danze Caraibiche di Gruppo

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

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.

Orario: lunedì 21-23.

Sede: Palestra Giusti ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna.

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

Corso di Gioco Danza (4/5 anni)

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

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: martedì e giovedì 16.30-17.30.

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

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

Corso di Danza Moderna (6/8 anni)

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

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: martedì e giovedì 17.30-18.30.

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

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

Corso di Danza Ragazzi (9/13 anni)

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

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: lunedì e mercoledì 17-18.

Sede: Palestra Teatro ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna.

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

DIFESA PERSONALE

ZEFIRO IMPRESA SOCIALE

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

Orario: lunedì 19-20.

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

Info: e-mail agenziaformativazefiro@gmail.com ; tel. 347 1214235 (Valentina).

DISCIPLINE INVERNALI

ASD FOCOLACCIA SCI FONDO LUCCA

Ginnastica presciistica per adulti (15-99 anni)

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

Durata: da ottobre 2025 a febbraio 2026.

Orari: martedì e venerdì 19-20.30.

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

Info: e-mail info@focolaccia.it ; tel. 338 7194513 (Renzo).

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).

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

Durata corsi: febbraio - marzo 2026.

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

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

Skiroll ragazzi/e (7-14 anni)

Costo (esclusa assicurazione): € 100,00.

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

Durata: da aprile a maggio 2026.

Orari: 18-19.30.

Sede: ASD Focolaccia, Via delle Scuole Massa Pisana.

Info: e-mail 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.

DISCIPLINE STORICHE

ASD TIRO, LANCIO, GIOCO

Corso avviamento di Tiro della Forma e Gioco dei birilli

Costo: € 15,00 mensili.

Durata: da ottobre 2025 a giugno 2026.

Orari: mercoledì e venerdì 15-16.

Sede: Impianto Tiro della Forma, Via Terrazza Petroni 469 S. Marco (ex Via della Scogliera).

Info: e-mail tirolanciogioco@gmail.com ; tel. 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.

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

Orari: lunedì 19-20, 21-22 e 22-23.

Info: e-mail info.sbandlucasantanna@gmail.com ; tel. 348 8839382 (Rossella).

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

Costo: € 100,00.

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

Orari: mercoledì 19-20, 20-21 e 21-22.

Info: e-mail info.sbandlucasantanna@gmail.com ; tel. 348 8839382 (Rossella).

COMPAGNIA BALESTRIERI LUCCA APS

Corsi gratuiti di bandiera per bambini/e e adulti (4 mesi), di tiro con l'arco storico (3 mesi), di musica per bambini/e (4 mesi), di musica per adulti (6 mesi)

Sede: Sotterraneo Baluardo S. Pietro.

Info: e-mail compagnibalestrierilucca@gmail.com ; tel. 328 1767826.

Tiro con la balestra per bambini/e e adulti

Costo e Durata: € 30,00 (3 mesi).

Sede: Sotterraneo Baluardo S. Pietro.

Info: e-mail compagnibalestrierilucca@gmail.com ; tel. 328 1767826.

Tiro con l'arco e balestra

Costo: € 40,00.

Sede: Sotterraneo Baluardo S. Pietro.

Info: e-mail compagnibalestrierilucca@gmail.com ; tel. 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: e-mail lostudiorumlucca@gmail.com ; tel. 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 (10 lezioni spendibili in un periodo massimo di 3 mesi).

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

Info: e-mail centroequitazioneلالuna@gmail.com ; tel. 320 2312433 (Alessandra).

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

Costo: € 200,00 (10 lezioni spendibili in un periodo massimo di 3 mesi).

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

Info: e-mail centroequitazioneلالuna@gmail.com ; tel. 320 2312433 (Alessandra).

Equitazione adulti

Costo: € 220,00 (10 lezioni spendibili in un periodo massimo di 3 mesi).

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

Info: e-mail centroequitazioneلالuna@gmail.com ; tel. 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: e-mail info@virtuslucca.it ; tel. 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.

Sede: ASD Atmosfera Danza Lucca.

Info: e-mail atmosferadanzaasd@gmail.com ; tel. 347 4919003 (Ilenia).

Zumba

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

Orari: martedì e giovedì 18-19.

Sede: ASD Atmosfera Danza Lucca.

Info: e-mail atmosferadanzaasd@gmail.com ; tel. 347 4919003 (Ilenia).

ASD POLISPORTIVA LIBERTAS LUCCA IRENE BACCI

Allenamento funzionale

Costo e durata (comprensivo di tessera e assicurazione): 7 mesi € 200,00, da versare in due tranches.

Orari: lunedì e mercoledì 19-20.

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

Info: e-mail polisportiva@libertaslucca.it ; tel. 333 4474037.

Pilates

Costo e durata (comprensivo di tessera e assicurazione): 7 mesi € 200,00, da versare in due tranches.

Orari: martedì e giovedì 17-18 e 18-19.

Sede: Via dell'Acquacalda 670 S. Pietro a Vico.

Orari: martedì e giovedì 18-19.

Sede: Centro civico San Vito, Via Giorgini Giovan Battista 15.

Info: e-mail polisportiva@libertaslucca.it ; tel. 333 4474037.

Zumba

Costo e durata (comprensivo di tessera e assicurazione): 7 mesi € 190,00, da versare in due tranches.

Orari: martedì e giovedì 17-18 (Zumba kids); 18-18.50 (Zumba strong); 19-20 (Zumba).

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

Info: e-mail polisportiva@libertaslucca.it ; tel. 333 4474037.

CENTRO SPORTIVO ITALIANO - COMITATO PROVINCIALE DI LUCCA

Attività motoria terza età

Costo e durata (comprensivo di tassa iscrizione): 7 mesi € 200,00.

Sede: Circolo anziani Lucca 7, Via Urbiciani.

Info: e-mail csicomitatolucca@gmail.com ; tel. 371 4638191.

Ginnastica dolce

Welldance

Costo corsi (comprensivo di tassa iscrizione): € 200,00.

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.

Info: e-mail csicomitatolucca@gmail.com ; tel. 371 4638191.

Fitness yoga

Costo (comprensivo di tassa iscrizione): € 200,00.

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

Info: e-mail csicomitatolucca@gmail.com ; tel. 371 4638191.

Pilates

Costo (comprensivo di tassa iscrizione): € 200,00.

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

Info: e-mail csicomitatolucca@gmail.com ; tel. 371 4638191.

Cardio twist

Costo (comprensivo di tassa iscrizione): € 200,00.

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

Info: e-mail csicomitatolucca@gmail.com ; tel. 371 4638191.

COMITATO PROVINCIALE AICS LUCCA APS

Attività motoria per la salute ed il fitness

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

Orari: lunedì e mercoledì 16-17 e 17-18.

Sede: Palestra grande Scuola Secondaria di I grado "G. Custer de Nobili" S. Maria a Colle.

Info: e-mail circolotennislucca@gmail.com - info@aicslucca.it ; tel. 0583 953794 - 347 5738888 (Susanna).

Body tonic

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

Orari: martedì e giovedì 19-20.

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

Info: e-mail circolotennislucca@gmail.com - info@aicslucca.it ; tel. 0583 953794 - 347 5738888 (Susanna).

Attività motoria per adulti e la terza età

Costi e durata (comprensivi di assicurazione): 8 mesi €240,00 / mensile €30,00 (Palazzetto dello Sport); 4 mesi € 140,00 / mensile €35,00 (Palazzetto dello sport); 7 mesi € 180,00 (S. Maria a Colle).

Orari: lunedì e mercoledì 18-19.

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

Orari: lunedì e mercoledì 16-17 e 17-18 (per 4 ore settimanali).

Sede: Palestra Scuola Secondaria di I grado "G. Custer de Nobili" S. Maria a Colle.

Info: e-mail circolotennislucca@gmail.com - info@aicslucca.it ; tel. 0583 953794 - 347 5738888 (Susanna).

UISP APS LUCCA-VERSILIA

Ginnastica Posturale

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

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: martedì e giovedì 19-20.

Sede: Palestra Citarella ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna.

Orari: martedì e giovedì 20-21.

Sede: Palestra Giusti ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna.

Orari: 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.

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

Ginnastica Adulti;

Total Body Workout;

Tonificazione

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

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: lunedì e mercoledì 18-19 (ginnastica adulti); lunedì e mercoledì 19-20 (total body); martedì e giovedì 18-19 e 19-20 (tonificazione).

Sede: Palestra Teatro ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna.

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

***Ginnastica Corpo Libero;
Pilates del Risveglio e Mat Work***

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

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: martedì e giovedì 8.30-9.30 (ginnastica corpo libero); mercoledì e venerdì 8.30-9.30 (pilates risveglio); 9.30-10.30 (pilates mat work).

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

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

Pilates

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

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: martedì e giovedì 18-19 e 19-20.

Sede: Palestra Giusti ICLUC3 Via Don Minzoni S. Anna.

Info: e-mail lucca.luccaversilia@uisp.it ; tel. 347 4686826 (Emilio).

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.

ASD DE COUBERTIN LUCCA

Ginnastica per adulti

Costo (comprensivo di assicurazione): € 210,00.

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

Orari: lunedì e giovedì, martedì e venerdì 18-19.

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

Orari: lunedì e giovedì 19-20.

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

Info: e-mail info@decoubertin.it - lucca.usacchi@acli.it - cristiana.lucchesi@gmail.com - cerri.michela@gmail.com ; tel. 339 8454091 (Cristiana per lun-gio) - 328 6371707 (Michela per mar-ven).

Tone Up

Costo (comprensivo di assicurazione): € 260,00.

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

Orari: lunedì, mercoledì e giovedì 19-20; lunedì, mercoledì e venerdì 20-21.

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

Info: e-mail info@decoubertin.it - lucca.usacchi@acli.it - simonetomei106@gmail.com - cerri.michela@gmail.com ; tel. 328 6371707 (Michela per orario 19-20) - 329 4143360 (Simone per orario 20-21).

Total body Workout;

Rieducazione pavimento pelvico

Costo corsi (comprensivo di assicurazione): € 210,00 (total body); € 160,00 (pav. Pelvico).

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

Orari: martedì e venerdì 19-20 (total body); mercoledì 18-19 (pav. Pelvico).

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

Info: e-mail info@decoubertin.it - lucca.usacchi@acli.it - cerri.michela@gmail.com ; tel. 328 6371707 (Michela).

ZEFIRO IMPRESA SOCIALE

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

Orario: venerdì 17-18.30.

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

Info: e-mail agenziaformativazefiro@gmail.com ; tel. 347 1214235 (Valentina).

GINNASTICA ARTISTICA

ASD GINNASTICA ARTISTICA LUCCA

Corsi di ginnastica artistica

Costo: € 60,00 mensile / € 460,00 annuale (2h settimanali); € 70,00 mensile / € 530,00 annuale (3h settimanali).

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: e-mail ginnasticaartisticalucca@gmail.com ; tel. 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;

Corso avanzato di ginnastica ritmica per bambine dai 6 anni

Costo (comprensivo di tesseramento e assicurazione): € 350,00 (corso base); € 500,00 (corso avanzato).

Durata corsi: da settembre 2025 a giugno 2026.

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

Info: e-mail asdalbachiar@gmail.com ; tel. 328 8227433 (Antonella).

ASD GINNASTICA RITMICA LUCCA

Corsi di psicomotoria (4-6 anni) e di avviamento (6-8 anni);

Corso di ritmica avanzato

Costo corsi (comprensivo di assicurazione e tesseramento): € 300,00 (psicomotoria e avviamento); € 370,00 (avanzato).

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

Info: e-mail info@ritmicalucca.it ; tel. 347 3747150 ; www.ritmicalucca.it .

ASD RITMICA GIRASOLE

Corso Gioco Ritmica (anni 2021-2022) ;

Corso Esordienti (anni 2020-2019-2018);

Corso Allieve (anni 2017 e precedenti)

Costo annuale (comprensivo di quota di iscrizione): € 270,00 (gioco ritmica); € 290,00 (esordienti e allieve).

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

Info: e-mail ritmicagirasole@gmail.com ; tel. 333 2939702 (Gemma).

Corsi di base e avanzati

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

Sede: Palestra Sardi S. Alessio.

Info: e-mail ritmicagirasole@gmail.com ; tel. 333 2939702 (Gemma).

PALLACANESTRO

ASD GOSP SLAM

Corso di Basket

Costo: € 250,00 annuali.

Orari: martedì e giovedì 20-21 e 21-22.

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

Info: e-mail gospslam@gmail.com ; tel. 320 8390744 (Gianluca).

ASD LIBERTAS BASKET LUCCA

Corsi di minibasket e basket

Costo: € 500,00.

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

Info: e-mail libertasbasketlu@gmail.com ; tel. 328 7340367 (Elisabetta).

ASD LUCCA SKY WALKERS

Corsi di minibasket Under 13 e Esordienti (anno 2014);

Corsi di minibasket Aquilotti e Gazzelle (anni 2015-2016);

Corsi di minibasket Pulcini/Paperelle e Scoiattoli/Libellule (anni 2017-2018-2019-2020-2021)

Costo: € 380,00 (under 13 e esordienti); € 350,00 (aquilotti/gazzelle, pulcini/paperelle, scoiattoli/libellule).

Possibilità di suddividere la quota in rate su richiesta.

Sedi: Scuola primaria "Don Milani" S. Anna, Scuola Secondaria di I grado "D. Chelini" S. Vito e Parterre Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna.

Info: e-mail info@luccaskywalkers.com ; tel. 333 9876948 (Luca).

BASKETBALL CLUB LUCCA SSD A RL

Corsi di minibasket Pulcini e Scoiattoli (anni 2017-2018-2019-2020);

Corsi di minibasket Aquilotti e Esordienti (anni 2014-2015-2016)

Costo (pagabile in massimo tre rate): € 390,00 (pulcini e scoiattoli); € 420,00 (aquilotti e esordienti).

Sedi: Scuola primaria "Don Milani" S. Anna, Scuola Secondaria di I grado "L. da Vinci" S. Concordio e Parterre Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna.

Info: e-mail basketballclublucca@gmail.com ; tel. 328 8280336 (Giacomo).

BCL LAB ASD

Corsi di minibasket Pulcini e Scoiattoli (anni 2017-2018-2019-2020);

Corsi di minibasket Aquilotti e Esordienti (anni 2014-2015-2016)

Costo (pagabile in massimo tre rate): € 390,00 (pulcini e scoiattoli); € 420,00 (aquilotti e esordienti).

Sedi: Scuola primaria "Don Milani" S. Anna, Scuola Secondaria di I grado "L. da Vinci" S. Concordio e Parterre Palazzetto dello Sport, Via delle Tagliate S. Anna.

Info: e-mail basketballclublucca@gmail.com ; tel. 328 8280336 (Giacomo).

PALLAVOLO

ASD LIBERTAS PONTE A MORIANO

Minivolley – corso di avviamento alla pallavolo (6-10 anni);

Corso di pallavolo per bambini/e (11-14 anni);

Corso di pallavolo per ragazzi (14-18 anni)

Costo annuale: € 300,00 (minivolley); € 400,00 (bambini); € 500,00 (ragazzi).

Sedi: Palestra Scuola Secondaria di I grado "M. Buonarroti" e Palestra Scuola Primaria "I. Nieri", Ponte a Moriano.

Info: e-mail asdlibertasponteamoriano@gmail.com ; tel. 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: e-mail panteralucca@gmail.com ; tel. 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: e-mail systemvolley@gmail.com ; tel. 338 9099568 - 335 726358 (Luigi).

UNIONE PALLAVOLO LUCCHESSE ASD

Corso Volley

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

Orario: giovedì 21-23.

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

Orari: martedì, giovedì e venerdì 21-23.

Sede: Palestra grande Scuola Secondaria di I grado "C. del Prete" S. Anna.

Info: e-mail unionevallavololucchese@gmail.com ; tel. 329 1656351 (Roi).

PATTINAGGIO

ASD LUCCA ROLLER CLUB

Corso di avviamento al pattinaggio In-line bambini/e;

Corso base di pattinaggio Freestyle ragazzi/e;

Corso base di pattinaggio Freestyle

Costo: € 50,00 mensili (in-line ragazzi); € 60,00 mensili (freestyle ragazzi); € 60,00 mensile / € 150,00 trimestrale (freestyle).

Orari corsi: lunedì e giovedì 17-19.

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

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

Info: e-mail lucrarollerclub@inwind.it ; tel. 399 2919963 (Maria Paola).

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: e-mail lucrarollerclub@inwind.it ; tel. 399 2919963 (Maria Paola).

ASD SKATING CLUB LUCCA

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

Costo: € 50,00 mensili / € 500,00 annuali, esclusa tassa di iscrizione (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: e-mail asdkatingclublucca@gmail.com ; tel. 349 3754402 - 349 2678228 (Patrizia).

PUGILATO

ASD SP PUGILISTICA LUCCHESI

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

Corso di pugilato amatoriale di Gym Box

Costo mensile: € 25,00 (pugilato giov.); € 40,00 (gym box).

Orari: martedì e giovedì 18.30-19.30 (pugilato giov.) lunedì, mercoledì e venerdì 17-18.30, 18.30-20.30 e 20.30-22 (gym box).

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

Info: e-mail giulio.monselesan@libero.it ; tel. 349 6487249.

Corso di pugilato agonistico

Costo: € 35,00.

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

Info: e-mail giulio.monselesan@libero.it ; tel. 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);

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

Corso di avviamento alla scherma per adulti

Costo mensile: € 65,00 (formativa e pre-agonistica); € 85,00 (agonistica 1 e 2); € 60,00 (adulti).

Costi ulteriori: € 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 (agonistica1); 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: e-mail clubschermaluccatbb@virgilio.it ; tel. 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: e-mail portadeimari@ludosport.net ; tel. 379 2303030 (WhatsApp) ; @ludosport_portadeimari .

ASSOCIAZIONE SCHERMISTICA LUCCHESI O. PULITI

Corsi di scherma per tutte le età

Costo e durata: 3 mesi € 150,00 + € 20,00 di assicurazione.

Orari: tutti i giorni (lun-ven) dalle 16.30 alle 18.

Sede: Associazione Schermistica Lucchese O. Puliti, Via S. Annunziata 73 trav. III.

Info: e-mail pulitischema@gmail.com ; tel. 393 3570260 (Sorin) - 339 5822326 ;
<https://www.pulitischermalucca.it/> .

Corso serale di scherma per adulti

Costo: € 60,00 mensili.

Orari: tutti i giorni (lun-ven) dalle 16.30 alle 18.

Sede: Associazione Schermistica Lucchese O. Puliti, Via S. Annunziata 73 trav. III.

Info: e-mail pulitischema@gmail.com ; tel. 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: lunedì 21-22 (lezioni teoria).

Sede: Via Fabio Filzi 51.

Orari: mercoledì 21-22.

Sede: Piscina Gymnic Club, S. Donato.

Info: e-mail info@subcittadilucca.it ; tel. 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 Oxygen 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);

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

Corso Avanzato di preparazione all'attività agonistica

Costo (comprensivo di assicurazione): € 120,00 (ragazzi); € 160,00 (over 21); € 150,00 (avanzato).

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

Info: e-mail arcierilucca@libero.it ; tel. 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: e-mail circolotennislucca@gmail.com - info@aicslucca.it ; tel. 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: e-mail info@virtuslucca.it ; tel. 0583 493622 - 331 2718305.

ASD CLUB SCHERMA LUCCA TBB

"SCHERMA PER TUTTI" Corso di scherma paralimpica per bambini/e, ragazzi/e e adulti

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

Info: e-mail clubschermaluccatbb@virgilio.it; tel. 347 418079 (Roberto);
www.clubschermaluccatbb.com .

ASD COMPAGNIA ARCIERI DI LUCCA

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

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

Corso Avanzato di preparazione all'attività agonistica

Costo (comprensivo di assicurazione): € 120,00 (ragazzi); € 160,00 (over 21); € 150,00 (avanzato).

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

Info: e-mail arcierilucca@libero.it ; tel. 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: e-mail gospslam@gmail.com ; tel. 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).

Orari: mercoledì e venerdì 15-16.

Sede: Impianto Tiro della Forma, Via Terrazza Petroni 469 S. Marco (ex Via della Scogliera).

Info: e-mail tirolanciogioco@gmail.com ; tel. 320 2312433 (Alessandra).

CENTRO EQUITAZIONE LA LUNA ASD

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

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

Costo: € 150,00 (eq. Integrata); € 180,00 (eq. Paralimpica).

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

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

Info: e-mail centroequitazionealuna@gmail.com ; tel. 320 2312433 (Alessandra).