

OUTGETHER

ATTIVITÀ SPORTIVE ALL'APERTO NEI LUOGHI DELLA CITTÀ

MARINA DI RAGUSA

LUGLIO

mar 18, gio 20, mar 25, gio 27

Asd Calisthenics Ragusa - Lezioni Calisthenics, area attrezzata Gesuiti, 18.00/19.30

mar 18, gio 20

Studio Rems - Attività metabolica HIIT, Terrazza del Porto, 19.00/20.00

mar 18, gio 20, ven 21, mar 25, gio 27, ven 28

Kairos APS - Outdoor Fitness Experience**, area ex depuratore, 19.00/20.00

mer 19 e mer 26 ore 09.00/10.00 - lun 24 e lun 31 ore 19.00/20.00

Irene Aparo - Danzaterapia, area ex depuratore

mer 19, gio 20, ven 21, mer 26, gio 27, ven 28

Asd Rògos - Allenamenti di Crossfit*, Piazza Torre, 19.00/20.00
(il 28/07 presso la Terrazza del Porto)

mer 19, ven 21, lun 24, mer 26, ven 28, lun 31

Jat Nam Yoga Centre - Lezioni di Yoga***, Terrazza del Porto, 07.00/08.30

mer 19, mer 26

Asd Wing Tsun Ragusa - Stage di autodifesa, area ex depuratore, 19.00/20.00

mer 19, mer 26

Giorgio Lucifora - Fitness a corpo libero, Terrazza del Porto, 18.00/20.00

mer 19, ven 21

Asd Hockey Club Ragusa - Hockey in Piazza, Piazza Gomez, 18.30/20.00

ven 21, mar 25, gio 27, lun 31

Asd Schininà Boxing Team - Cross Boxe, Terrazza del Porto, 19.00/20.00

ven 28

Asd Ragusa Volley - Torneo di pallavolo e informazioni su alimentazione e idratazione durante l'attività fisica, Piazza Torre, 18.00/20.00

AGOSTO

mar 1, gio 3, mar 8, gio 10

Asd Calisthenics Ragusa - Lezioni Calisthenics, area attrezzata Gesuiti, 18.00/19.30

gio 3

Studio Rems - Attività metabolica HIIT, Terrazza del Porto, 19.00/20.00

mar 1, gio 3, ven 4, mar 8, gio 10, ven 11, mar 15, gio 17, ven 18, mar 22, gio 24, ven 25, mar 29, gio 31

Kairos APS - Outdoor Fitness Experience**, area ex depuratore, 19.00/20.00

mer 2, mer 9, mer 16, mer 23 ore 09.00/10.00 - lun 7, lun 14, lun 21 ore 19.00/20.00

Irene Aparo - Danzaterapia, area ex depuratore

mer 2, gio 3, ven 4, mer 9, gio 10, ven 11, mer 16, gio 17, ven 18, mer 23, gio 24, ven 25, mer 30, gio 31

Asd Rògos - Allenamenti di Crossfit*, Piazza Torre, 19.00/20.00

mer 2, ven 4, lun 7, mer 9, ven 11, lun 14, mer 16, ven 18, lun 21, mer 23, ven 25

Jat Nam Yoga Centre - Lezioni di Yoga***, Terrazza del Porto, 07.00/08.30

mer 2, mer 9, mer 16, mer 23, mer 30

Asd Wing Tsun Ragusa - Stage di autodifesa, area ex depuratore, 19.00/20.00

mer 2, mer 9, mer 16, mer 23, mer 30

Giorgio Lucifora - Fitness a corpo libero, Terrazza del Porto, 18.00/20.00

ven 25

Asd Hockey Club Ragusa - Hockey in Piazza, Piazza Gomez, 18.30/20.00

ven 4, lun 7, mar 8, gio 10, ven 11

Asd Schininà Boxing Team - Cross Boxe, Terrazza del Porto, 19.00/20.00

SETTEMBRE

mar 05, gio 07, ven 08, mar 12, gio 14, ven 15, mar 19, gio 21, ven 22, mar 26, gio 28, ven 29

Kairos APS - Outdoor Fitness Experience**, area ex depuratore, 18.30/19.30

mer 06, mer 13, mer 20, mer 27

Asd Wing Tsun Ragusa - Stage di autodifesa, area ex depuratore, 19.00/20.00

mer 06, mer 13

Giorgio Lucifora - Fitness a corpo libero, Terrazza del Porto, 18.00/20.00

RAGUSA

LUGLIO

mar 18, gio 20, mar 25, gio 27

Arianna Occhipinti - Lezioni di Pilates*, Rotonda M. Occhipinti, 18.00/20.00

ven 21, ven 28

Asd Wing Tsun Ragusa - Stage di autodifesa, Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00

AGOSTO

mar 01

Studio Rems - Attività metabolica HIIT, Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00

mar 01, gio 03, mar 08, gio 10, mar 15, gio 17, mar 22, gio 24, mar 29, gio 31

Arianna Occhipinti - Lezioni di Pilates*, Rotonda M. Occhipinti, 18.00/20.00

ven 04, ven 11, ven 18, ven 25

Asd Wing Tsun Ragusa - Stage di autodifesa, Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00

SETTEMBRE

ven 01, lun 04, ven 08, lun 11, ven 15, lun 18, gio 21, ven 22, lun 25, ven 29

CSI Ragusa - Ginnastica a Corpo Libero, Rotonda Giardini Iblei, 18.00/19.00

mar 05, gio 07, mar 12, gio 14

Arianna Occhipinti - Lezioni di Pilates*, Rotonda M. Occhipinti, 18.00/20.00

gio 07, gio 14, gio 21, gio 28

Asd Wing Tsun Ragusa - Stage di autodifesa, Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00

mar 12

Asd Ragusa Volley - Torneo di pallavolo e informazioni su alimentazione e idratazione durante l'attività fisica, Villa Margherita, 18.00/20.00

ven 15

Asd Accademia Scacchi - Simultanea di scacchi e attività di promozione del gioco**, Villa Margherita, 18.00/20.00

* = a pagamento ** = con quota associativa *** = con contributo
il programma potrà subire delle variazioni.

RECAPITI DI TUTTI GLI ORGANIZZATORI PER INFORMAZIONI:

Irene Aparo 3293431958

Asd Calisthenics 3490077221

Jat Nam Yoga Centre 3492403166

Kairos APS 3337970923

Hockey Club Ragusa 3284338494

Studio Rems 3288725693

Asd Rògos 3398932327

Asd Wing Tsun Ragusa 3494967234

Asd Ragusa Volley 3294777718

Giorgio Lucifora 3472539113

Arianna Occhipinti 3208804791

Asd Accademia Scacchi 3383240026

CSI Ragusa 3455185362

Asd Schinina Boxing Team 388 812 6709



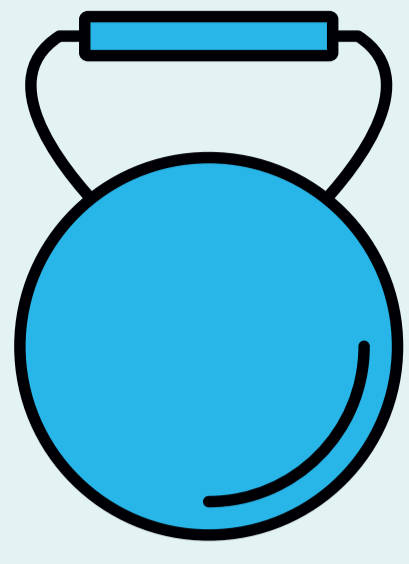
L'Assessore allo Sport
Simone Digrandi

Il Sindaco
Peppe Cassì



R A G U S A

1ª Edizione



OUTGETHER

ATTIVITÀ SPORTIVE ALL'APERTO NEI LUOGHI DELLA CITTÀ

MARINA DI RAGUSA

LUGLIO

mar 18, gio 20, mar 25, gio 27

Asd Calisthenics Ragusa - Lezioni Calisthenics, area attrezzata Gesuiti, 18.00/19.30

mar 18, gio 20

Studio Rems - Attività metabolica HIIT, Terrazza del Porto, 19.00/20.00

mar 18, gio 20, ven 21, mar 25, gio 27, ven 28

Kairos APS - Outdoor Fitness Experience, area ex depuratore, 19.00/20.00**

mer 19 e mer 26 ore 09.00/10.00 - lun 24 e lun 31 ore 19.00/20.00

Irene Aparo - Danzaterapia, area ex depuratore

mer 19, gio 20, ven 21, mer 26, gio 27, ven 28

**Asd Rògos - Allenamenti di Crossfit*, Piazza Torre, 19.00/20.00
(il 28/07 presso la Terrazza del Porto)**

mer 19, ven 21, lun 24, mer 26, ven 28, lun 31

Jat Nam Yoga Centre - Lezioni di Yoga*, Terrazza del Porto, 07.00/08.30**

mer 19, mer 26

Asd Wing Tsun Ragusa - Stage di autodifesa, area ex depuratore, 19.00/20.00

mer 19, mer 26

Giorgio Lucifora - Fitness a corpo libero, Terrazza del Porto, 18.00/20.00

mer 19, ven 21

Asd Hockey Club Ragusa - Hockey in Piazza, Piazza Gomez, 18.30/20.00

ven 21, mar 25, gio 27, lun 31

Asd Schininà Boxing Team - Cross Boxe, Terrazza del Porto, 19.00/20.00

ven 28

Asd Ragusa Volley - Torneo di pallavolo e informazioni su alimentazione e idratazione durante l'attività fisica, Piazza Torre, 18.00/20.00

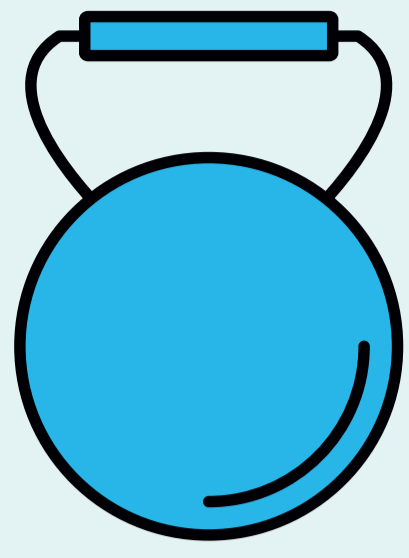


Organizzazione
delle Nazioni Unite
per l'Educazione,
la Scienza e la Cultura

Città Tardo Barocche del Val di Noto
iscritte nella Lista
del Patrimonio Mondiale nel 2002

R A G U S A

1ª Edizione



OUTGETHER

ATTIVITÀ SPORTIVE ALL'APERTO NEI LUOGHI DELLA CITTÀ

MARINA DI RAGUSA

AGOSTO

mar 1, gio 3, mar 8, gio 10

Asd Calisthenics Ragusa - **Lezioni Calisthenics**, *area attrezzata Gesuiti, 18.00/19.30*

gio 3

Studio Rems - **Attività metabolica HIIT**, *Terrazza del Porto, 19.00/20.00*

mar 1, gio 3, ven 4, mar 8, gio 10, ven 11, mar 15, gio 17, ven 18, mar 22, gio 24, ven 25, mar 29, gio 31

Kairos APS - **Outdoor Fitness Experience****, *area ex depuratore, 19.00/20.00*

mer 2, mer 9, mer 16, mer 23 ore 09.00/10.00 - lun 7, lun 14, lun 21 ore 19.00/20.00

Irene Aparo - **Danzaterapia**, *area ex depuratore*

mer 2, gio 3, ven 4, mer 9, gio 10, ven 11, mer 16, gio 17, ven 18, mer 23, gio 24, ven 25, mer 30, gio 31

Asd Rògos - **Allenamenti di Crossfit***, *Piazza Torre, 19.00/20.00*

mer 2, ven 4, lun 7, mer 9, ven 11, lun 14, mer 16, ven 18, lun 21, mer 23, ven 25

Jat Nam Yoga Centre - **Lezioni di Yoga*****, *Terrazza del Porto, 07.00/08.30*

mer 2, mer 9, mer 16, mer 23, mer 30

Asd Wing Tsun Ragusa - **Stage di autodifesa**, *area ex depuratore, 19.00/20.00*

mer 2, mer 9, mer 16, mer 23, mer 30

Giorgio Lucifora - **Fitness a corpo libero**, *Terrazza del Porto, 18.00/20.00*

ven 25

Asd Hockey Club Ragusa - **Hockey in Piazza**, *Piazza Gomez, 18.30/20.00*

ven 4, lun 7, mar 8, gio 10, ven 11

Asd Schininà Boxing Team - **Cross Boxe**, *Terrazza del Porto, 19.00/20.00*

SETTEMBRE

mar 05, gio 07, ven 08, mar 12, gio 14, ven 15, mar 19, gio 21, ven 22, mar 26, gio 28, ven 29

Kairos APS - **Outdoor Fitness Experience****, *area ex depuratore, 18.30/19.30*

mer 06, mer 13, mer 20, mer 27

Asd Wing Tsun Ragusa - **Stage di autodifesa**, *area ex depuratore, 19.00/20.00*

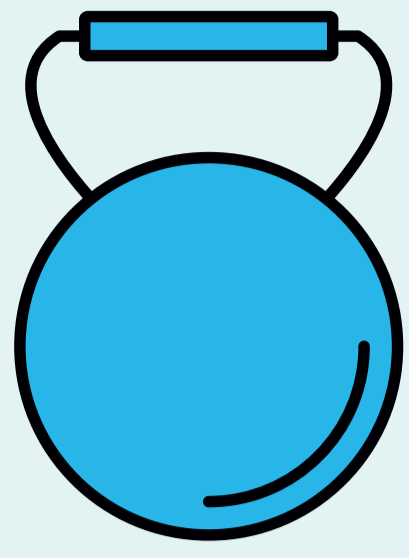
mer 06, mer 13

Giorgio Lucifora - **Fitness a corpo libero**, *Terrazza del Porto, 18.00/20.00*



R A G U S A

1ª Edizione



OUTGETHER

ATTIVITÀ SPORTIVE ALL'APERTO NEI LUOGHI DELLA CITTÀ

RAGUSA

LUGLIO

mar 18, gio 20, mar 25, gio 27

Arianna Occhipinti - **Lezioni di Pilates***, *Rotonda M. Occhipinti, 18.00/20.00*

ven 21, ven 28

Asd Wing Tsun Ragusa - **Stage di autodifesa**, *Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00*

AGOSTO

mar 01

Studio Rems - **Attività metabolica HIIT**, *Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00*

mar 01, gio 03, mar 08, gio 10, mar 15, gio 17, mar 22, gio 24, mar 29, gio 31

Arianna Occhipinti - **Lezioni di Pilates***, *Rotonda M. Occhipinti, 18.00/20.00*

ven 04, ven 11, ven 18, ven 25

Asd Wing Tsun Ragusa - **Stage di autodifesa**, *Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00*

SETTEMBRE

ven 01, lun 04, ven 08, lun 11, ven 15, lun 18, gio 21, ven 22, lun 25, ven 29

CSI Ragusa - **Ginnastica a Corpo Libero**, *Rotonda Giardini Iblei, 18.00/19.00*

mar 05, gio 07, mar 12, gio 14

Arianna Occhipinti - **Lezioni di Pilates***, *Rotonda M. Occhipinti, 18.00/20.00*

gio 07, gio 14, gio 21, gio 28

Asd Wing Tsun Ragusa - **Stage di autodifesa**, *Rotonda Giardini Iblei, 19.00/20.00*

mar 12

Asd Ragusa Volley - **Torneo di pallavolo e informazioni su alimentazione e idratazione durante l'attività fisica**, *Villa Margherita, 18.00/20.00*

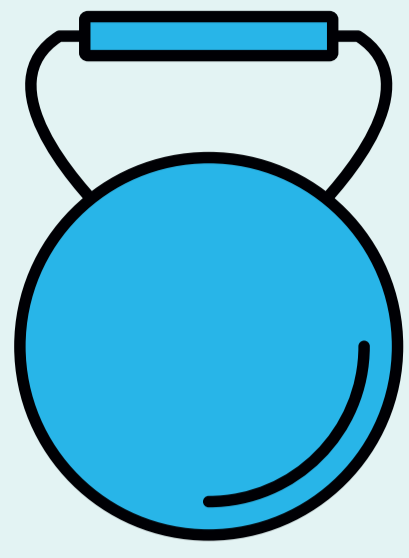
ven 15

Asd Accademia Scacchi - **Simultanea di scacchi e attività di promozione del gioco****, *Villa Margherita, 18.00/20.00*



R A G U S A

1^a Edizione



OUTGETHER

ATTIVITÀ SPORTIVE ALL'APERTO NEI LUOGHI DELLA CITTÀ

*** = a pagamento ** = con quota associativa *** = con contributo**
il programma potrà subire delle variazioni.

RECAPITI DI TUTTI GLI ORGANIZZATORI PER INFORMAZIONI:

Irene Aparo 3293431958

Asd Calisthenics Ragusa 3490077221

Jat Nam Yoga Centre 3492403166

Kairos APS 3337970923

Hockey Club Ragusa 3284338494

Studio Rems 3288725693

Asd Rògos 3398932327

Asd Wing Tsun Ragusa 3494967234

Asd Ragusa Volley 3294777718

Giorgio Lucifora 3472539113

Arianna Occhipinti 3208804791

Asd Accademia Scacchi 3383240026

CSI Ragusa 3455185362

Asd Schinina Boxing Team 3888126709



L'Assessore allo Sport
Simone Digrandi

Il Sindaco
Peppe Cassì