

TUTTOQUARTIERE SPORT 2024

In collaborazione con il III Municipio di  ROMA CAPITALE

**Finalmente un vademecum pratico e dettagliato per ogni età e condizione
delle associazioni sportive del tuo quartiere**

Supplemento del mensile La Quarta



SPORT *per* tutti

**Medicina
sportiva**

*Guida completa dello sport pubblico e privato nel terzo municipio
di tutte le discipline, amatoriali ed agonistiche con:
Associazioni e società sportive, campi, palestre, centri ippici, piscine,
personal trainer, negozi dedicati.*

La guida è disponibile anche scaricandola su www.montesacronews.it



Orario No-Stop
8,30-21,00
7 giorni su 7
Ordina su WhatsApp
349 8779220

OMEOPATIA - VETERINARIA - DERMOCOSMESI
PREPARAZIONI GALENICHE

Via dei Prati Fiscali, 296 • Tel. 06 8125337



"Mens sana in corpore sano"

Il saluto dell'Università telematica "Pegaso" ai giovani del nostro territorio

A nome mio personale e di tutta l'Università Telematica Pegaso - che ho l'onore di rappresentare nella città di Roma - consentitemi di ringraziare in primis il Direttore Riccardo Di Cataldo per questa preziosa opportunità che mi ha concesso nel salutare i tanti giovani sportivi presenti nel nostro amato Municipio III.

Vorrei avere l'onore di essere il vostro referente per la Formazione per i nostri 72 Corsi di Laurea, 300 Master, Corsi di Alta Formazione e le prestigiosissime Certificazioni Informatiche (Eipass) e Linguistiche (Esat Malta), nonché per la nostra Scuola Pari-

taria "Pegasus" per il Diploma di Maturità. Insomma una Formazione a 360°.

La nostra Università Pegaso, (prima in Italia e seconda in Europa per numero di immatricolati, circa 250mila) ha veramente a cuore il vostro futuro.

Vi aspettiamo a Piazza Conca d'Oro, 16 e davanti ad un buon caffè vi spiegheremo come conseguire una Laurea, un Diploma - e qualsiasi altro Corso - nel modo più veloce e con la massima serenità.

Un ossequioso saluto a tutti voi !!!



Il Presidente
Dott. Walter Scognamiglio

ASFOL PEGASO,

da oltre 15 anni... ci prendiamo cura del tuo futuro!!!



Piazza Conca D'oro, 16 - 00141 Roma

Mob: +39 338 2158 773

Tel: +39 06 8776 9833 - 06.90202465

www.unipegasoasfol.it

L'EPOCA DEL GESSO E' FINITA.

L'ALTERNATIVA
AL GESSO TRADIZIONALE
CHE PUÒ MIGLIORARE
LA QUALITÀ DI VITA
DEI PAZIENTI.

I VANTAGGI DEL GESSO NON GESSO

- LEGGERO
- RESISTENTE AL SUDORE
- ANALLERGICO
- TRAVEL FREE
- 100% RICICLABILE
- TRASPIRANTE
- REALIZZATO SU MISURA
- PERSONALIZZATO
- RADIO TRASPARENTE
- PULITO E LAVABILE



 **PlayCast**

UN'ESCLUSIVA DEL
GRUPPO VILLA CLAUDIA



**NUOVA
VILLA
CLAUDIA**
CASA DI CURA PRIVATA

VIA FLAMINIA
NUOVA, 280
Tel. **06.36.797.560**

**VILLA
SALARIA
HOSPITAL**
CASA DI CURA PRIVATA

VIA FILIPPO
A. GUALTERIO, 127
Tel. **06.88.700.41**

WWW.GRUPPOVILLACLAUDIA.IT

Qui trovi tutto lo sport che cerchi

Alcune strutture, associazioni e di medicina sportiva hanno spazi dettagliati all'interno delle singole discipline da pag 11

ABBIGLIAMENTO E ARTICOLI SPORTIVI

ARTÈ

via Apiro, 86 Tel. 389 441 0679

CAM SPORT EVOLUTION

via Sacchetti F., 137/139 Tel. 06.87201515

CISALFA SPORT

via Monte Cervialto, 119 Tel. 06. 8105911

DECATHLON

via Centro comm Porta di Roma Tel. 06.87074316

DUOTONE

via Conca d'Oro, 108/110 Tel. 06.64001210

FACO SPORT

l.goElmo C., 12 Tel. 06.88522481

IL CORRIDORE

via dei Prati Fiscali, 172/174 Tel. 06.45421712

IPPOLANDIA

Via Ludovico Di Breme, 65 Tel. 06 86322122

JOVINE DANCE

via Apiro, 74/76 Tel. 06.87133639

LA SFINGE

v.le Adriatico, 6/12 Tel. 06.8173217

MACRON

via di Settebagni, 742 Tel. 06.94354700

MARACANA'

via Seggiano, 49/51 Tel. 06.8123919

STOCK & SPORT

via Monte Rocchetta, 1/7 Tel. 06.8177608

TENNIS

via Celi A., 22 Tel. 06.89527459

TENNIS POINT

via Val Maira, 14 Tel. 06.8120021

VIPA

via Fogazzaro A., 99/103 Tel. 06.86897700

WASP - www.waspstore.com

v.le Tirreno, 20 Tel. 06.8171381

WELLNESS

via della Bufalotta, 266 Tel. 06.87201078

ARTI MARZIALI

da pag 11

ANCIENT DISCIPLINES (Kung fu)

Via Cascina,9, Settebagni Tel. 327.1430010

BARRILI ASD (Karate, Centro sport. Municipale)

Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it

CENTRO JUDO FRANCO PENNA (Judo, Taekwondo, Karate)

Via Corrado Alvaro, 25 Tel. 335.8232625

CENTRO SHENSHAN TAI CHI QI GONG

Via Val Senio, 32 Tel. 348.0376717

C.S.M. VICO QUARTA ASD (Centro sport. Municipale)

Piazza Filattiera, 84 asdricoquarta.roma@tiscali.it

EAGLE (Ju jitsu)

Via Agliana, 26 tel. 06.95223084

GARDEN GYM (Judo, Karate)

Via Conca d'Oro, 352 Tel. 06.88329938

GAUSS (Kung fu)

Via della Bufalotta, 556 Tel. 06.24305331

GINNICA 3 (Kendo, Centro sport. Municipale)

Via Foscarini P., 70ginnica3@gmail.com

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

KORAT TEMPLE TRAINING

(Muay Thai, Taekwondo)

Via Arturo Graf, 77 06.89831443

MANTIDE SETTE STELLE (Kung fu)

Via Monte Cardoneto, 9

Tel. 347.9334972

MAXIMO (Ju jitsu)

via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579

MUJAY BORAN IMBA (Muay Thai)

Via della Bufalotta, 23 Tel. 06.8861849

NOBEL POLISPORTIVA, (Centro sport. Municipale)

Via Rio nell'Elba, 145 Tel. 339.7278112

PALESTRA VERBANO (Karate, Kung fu)

Via I. Curzolone, 131, palestraverbano@gmail.com

PANDA SPORTING CLUB (Judo)

Via Nomentana, 1070

Tel. 06.8274201

info@sportingclubpanda.it

www.sportingclubpanda.it

SALARIA SPORT VILLAGE (Taekwondo)

via S. Gaggio,5

Tel. 06.24404811

www.saliarivillage.it

SALGEN PSG (Karate)

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SPORT A SCUOLA (Karate, Muay Thai, C.Municipale)

Via Russolillo Don G.M., 64 presidenteroma@ascspport.it

SPORTING CLUB FIDENE

(Judo, C. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 sportingclubfidene@gmail.com

SPORT VILLAGE (Judo, Karate)

Via Emilio Zago 1Tel. 06.87133664

info@sportvillageroma.it

TALENTI ARTI MARZIALI (Judo, Karate)

Via della Bufalotta, 663

Tel. 334.6754359

TALENTI SPORTING (Judo)

via Del Lungo I., 32 Tel. 392.5922405

UNIVERSAL GYM (Karate)

p.zza Monte Baldo, 14 ATel. 06.8181389

XIÈ - IL TUONO E LA PIOGGIA (Kung fu, Tai chi)

Via Pienza, 273/275

Tel. 339.1787886

Qui trovi tutto lo sport che cerchi

ATLETICA LEGGERA

pag 13

KRONOS

Parco delle Valli (Pista di pattinaggio)

Tel. 339.7766504

parcodellevalli@kronosroma.it

MAXIMO

via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579

BOCCE

ASD FIDENE

Via Rapolano, 7 Tel. 06/8801749

ASD J.F.KENNEDY

Via Monte Petrella, 29 Tel. 06.8184185

Kennedy2019@virgilio.it

ASD MONTE SACRO ALTO

Via Aleramo S., 15 Tel. 06.824058

NEW LIFE SS. ASSUNTA ASD

Via Monte Massico, 4 Tel. 06/8181390

CACCIA E PESCA

LAGO AZZURRO (Pesca sportiva)

(Castel Giubileo) Tel. 348.4017281

ROSATI ARMI (Armeria)

Via Barrett E., 11 Tel. 06/8272141

SHOOTER STORE (Armeria)

via Del Lungo I., 33/35 Tel. 393.9118882

STRIKE

via Nomentana, 1101 Tel. 06.82003138

SALARIO PESCA

p.zza Filattiera, 59/61 Tel. 06.8104394

CALCIO, CALCETTO, CALCIOOTTO

da pag 14

ACCADEMIA CALCIO ROMA

Via di Settebagni, 340 Tel. 06.87201887

ACHILLEA

Via Aleramo S., 29 Tel. 06.8274384

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120

Tel. 06.87189350

CLUB NOMETANO

Viale Rousseau, 124 Tel. 329.4939804

COSMOS

Via Nomentana, 858 Tel. 06.8272672

DON BOSCO ASD

Via Cocco Ortu F., 77 Tel. 329.7852520

FIDENE ASD

Via di Villa Spada, 64 Tel. 06.8801249

FUTBOL TALENTI

Via Nomentana, 858 Tel. 320.8408677

LEDESMA ACADEMY

Via Franco Simongini, 29 c Tel. 331.793 6164

ledesma.academy@hotmail.com

MONTESACRO ASD (Centro sport. Municipale)

Via Fucini R., 265 Tel. 347.6613605

MONTESACRO CALCIO

Via Bertini Attili C., 35 Tel. 06.8275361

PANDA SPORTING CLUB

Via Nomentana, 1070 Tel. 06.8274201

info@sportingclubpanda.it

www.sportingclubpanda.it

PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)

Via Bandello M., snc destradisangelo@gmail.com

SETTEBAGNI CALCIO

Via Salaria, 1403 Tel. 349.6291577

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

SPES MONTESACRO

Via dell'Ateneo Salesiano,

82 Tel. 06.87133028

ASD SPORT IMPEGNO (Centro sport. Municipale)

Via Pintor J., 6 domenico.prowedi@libero.it

TIRRENO SANSA

Via del Gran Paradiso, 51 339.2986834

CICLISMO

BIKE LAB

viale Adriatico, 54 Tel. 06.8184538

BIKE ROMA

via Valsassina, 70/72 Tel. 338.8451701

CICLI CASTELLACCIO

via delle Vigne Nuove, 616 Tel. 06.87149946

EBIKE UNIVERSE

viale Carnaro, 5B/5C Tel. 389.4245252

FIRE CYCLES

Via Zanella, G., 30Tel. 333.2851779

FRANCHI

via Adamello, 29

Tel. 06.87183608

IL VELOCIFEDE

p.zza dell'A. Salesiano, 78/80 Tel. 06.87131735

LA BICI VERDE

Via Monte Patulo, 37 Tel. 371.3939271

RONCONI

via San Leo, 50/52 Tel. 06.8810219

ZTL via Val di Lanzo, 151/153

Tel. 06.88327105

DANZA E BALLO (Scuole)

da pag 19

ACQUA AZZURRA POLISP. (C. Municipale)

Via Calcinaiia, 44 m.marchione@assport.org

APRÈS LA CLASSE

via Mugello, 60Tel. 320.2732737

ARTELIVE ACADEMY

p.zza Bulgarelli M.B., 41 tel. 351.7707671

ASD - ARTESTUDIODANZA

via Cervi G., 14/30 Tel. 06.88972065

DANCING CENTER

p.zza Belotti B., 25 Tel. 338.3050102

DEFRAG (Tango)

via delle Isole Curzolane, 75Tel. 06.64495085

DESVELO

p.zza Belotti B., 13/14 Tel. 06.92949509

DON'T WALK DANCE

via Falena, 15 Tel. 06.8270617

ELLE DANCE STUDIO

v.le Tirreno, 292 Tel. 06.85388 779

GARDEN GYM (Corsi di ballo)

via Conca d'Oro, 352 Tel. 06.88329938

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

GINNICA 3 (Centro sport. Municipale)

Via Foscarei P., 70 ginnica3@gmail.com

KAIROS TEATRO (Teatro danza)

Viale Gottardo, 73 Via Comparetti D., 69

Tel. 06.8800251

iLE ALI DI ISIDE

vTel. 349.8724391

LET IT BE via Del Lungo I., 26Tel. 340.9451024

MAMA SCHOOL DANCE

via Festa N., 65 Tel. 06.88920674

MAXIMO (Danza sportiva e ballo)

via di Ci Boccone, 283 Tel. 351.8776579

NEW WORLD DANCE

via Radicofani, 135 Tel. 392.8079939

NOTE DANZANTI

via Praga, 27, 135 Tel. 346.0817626

ORADEI ACADEMY

via Radicofani, 128 Tel. 329.0679843

PAL. POPOLARE V. VERBANO (Capeoira)

Via delle Isole Curzolane, 131,

PANDA SPORTING CLUB (Ballo)

Via Nomentana, 1070

Tel. 06.8274201

info@sportingclubpanda.it

P.POLE STUDIO (Pole dance)

Via Monte Giberto, 151 Tel. 333.9479686

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25Tel. 06.87200771

SOUL DANCE

via Alberini, 5Tel. 333.3453528

SPORT A SCUOLA (C Municipale)

Via Val Maggia, 21

p.mascari@libero.it

SPORT A SCUOLA (C. Municipale)

Via Russolillo, 64 presidenteroma@ascsport.it

STUDIO DANZA TALENTI ARL

via Comparetti D., 20 Tel. 06.8273749

UNIVERSAL GYM (Salsa e bachata)

p.zza Monte Baldo, 14 A Tel. 06.8181389

ZONADANZA

via dei Col Serpentara, 15 Tel. 339.8199062

DANZA E BALLO (locali)**IL CAPITELLO**

via An.Francia, 119 Tel. 338.3181456

LA BALERA ROMANA

via Nomentana, 1111 Tel. 06.82000069

SALONE BELLINO

via Nomentana, 1111 Tel. 06.82000069

ZOOBAR

via Bencivenga, 1 Tel. 339.2727995

EQUITAZIONE**da pag 25****CIRCOLO IPPICO TOR SAN GIOVANNI**

Via di T. S Giovanni, 245 Tel. 06.87121476

IL RANCH Viale Tirreno, 13 Tel. 392.9478584

MANEGGIO LA FORMICOLA

Via del M. di Casa, 72° Tel. 335.5902246

SOCIETÀ IPPICA TALENTI

Via Pound E., 100 Tel. 06.87133209

GINNASTICA ADULTI, TERZA ETÀ,**pag 27**

ACQUA AZZURRA POLISP. (Centro sport. Municipale)

Via Calcinaia, 44 m.marchione@assport.org

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)

Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it

BASKET VALSUGANA (Centro Sport. Municipale)

Via Papini G., 36 Tel. 06.87135541

C.S.M. VICO QUARTA ASD (Centro sport. Municipale)

Piazza Filattiera, 84 asdricoquarta.roma@tiscali.it

GINNICA 3 (Centro sport. Municipale)

Via Foscarì P., 70 ginnica3@gmail.com

G.B. VICO ASS. POL. DILETT. (C. sport. Municipale)

Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

PALESTRA POPOLARE VALERIO VERBANO

Via delle Isole Curzolane, 131, palestraverbano@gmail.com

PETRARCA ROMA A.S.D. (C. Sport. Municipale)

Via di Setebagni, 241 liliana.canavacci@virgilio.it

PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)

Via Bandello M., snc destradisangelo@gmail.com

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)

Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com

SPORT A SCUOLA J. PIAGET (C. Municipale)

Via Russolillo Don G.M., 64 presidenteroma@ascsport.it

SPORT A SCUOLA ANNA MAGNANI (C. Municipale)

Via Val Maggia, 21 p.mascari@libero.it

GINNASTICA ARTISTICA**pag 27**

BASKET VALSUGANA (Centro Sport. Municipale)

Via Papini G., 36

Tel. 06.87135541

basketvalsugana@gmail.com

basketvalsugana.it

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120

Tel. 06.87189350

G.B. VICO ASS. POLISP. (C. sport. Municipale)

Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

MAJORANA A.S.D. POLISP. (C. Municipale)

Piazza Minucciano, 33 marco-volpato@libero.it

PALESTRA POPOLARE VALERIO VERBANO

Via delle Isole Curzolane, 131,

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SCUOLA SPORTIVA DILETT. (C. Municipale)

Via Serassi, 7 cesari.a@tiscali.it

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

GINNASTICA RITMICA**pag 27**

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)

Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120 Tel. 06.87189350

G3 SPORT ORTOLANI GROUP (C. Municipale)

Via di Settebagni, 231

GINNICA 3 (Centro sport. Municipale)

Via Foscarì P., 70 ginnica3@gmail.com

G.B. VICO ASS. POLISP. DILETT. (C. Municipale)

Via Mauri A., 5vicver@hotmail.it

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

POLISPORTIVA M.S.E. ASD (C. Municipale)

Via Savinio, 43 Tel. 334.1650852

SEMPIONE ADP (Centro sport. Municipale)

Viale Jonio, 206H info.sempione@gmail.com

SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)

Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

SPORT A SCUOLA ANNA MAGNANI (Centro sport. Municipale)

Via Val Maggia, 21 p.mascari@libero.it

VERRI ASD Via Perazzi C., 30 asdverri@gmail.com

Qui trovi tutto lo sport che cerchi

NUOTO E PALLANUOTO (PISCINE) da pag 29

ACCADEMIA NUOTO (Estiva)
Via di Settebagni, 340 Tel. 366.5948453
ATHLON CLUB 4.0 (Coperta)
Via Ugo Ojetti, 134 desk@athlonroma.it
CENTRO FIN URBE (Anche estiva)
Via Gaiole in Chianti Tel. 380.688 8528
CLUB NOMETANO (Anche estiva)
Viale Rousseau, 124 Tel. 06.86802476
LA PISCINA CRAWL 2000 (Comunale, coperta)
Via del Gran Paradiso, 93 Tel. 06.87193752
MAXIMO (Coperta)
via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579
NEW GREEN HILL (Estiva)
Via della Bufalotta, 663 Tel. 06.87133810
RN BELPOGGIO (Estiva)
Via Monte di Casa, 72 Tel: 06.8889587
SALARIA SPORT VILLAGE (Anche estiva)
via S. Gaggio, 5 Tel. 06.24404811
VALENTINI (Estiva)
Via della Marcigliana, 592 Tel. 06.87120207
VIRGIN ACTIVE (Coperta)
via Martino G.B., 19
via Niccodemi D., www.virginactive.it
WIKI GYM (Coperta)
via Silvani A., 45 Tel. 06.8120072

PADEL da pag 31

BELPOGGIO PADEL HUB
Via Monte di Casa, 72 Tel: 351.3010670
BLU PADEL CLUB
Via di Settebagni, 340 Tel. 331.7437850
CIRCOLO SPORTIVO ITALIA
Via della Bufalotta, 120
Tel. 06.87189350
CLUB NOMETANO
Viale Rousseau, 124 Tel. 329.4939804
COSMOS
via Nomentana, 858 Tel. 06.8272672
MÁS PADEL ROMA
Via della Bufalotta, 663 Tel. 339.5974978
MAXIMO
via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579
MONTESACRO PADEL
Via Bertini Attilj C., 35tel. 349.4535487
PANDA SPORTING CLUB
Via Nomentana, 1070 Tel. 06.8274201
SALARIA PADEL CLUB
Via Gaggio S., 5 Tel. 320.3179829
VALENTINI
Via della Marcigliana, 592 Tel. 06.87120207

PALESTRE, FITNESS, PESISTICA, PILATES da pag 37

23REVOLUTION
p.zza Baldini A., 23 Tel. 335.649246
3A FITNESS (Personal Trainer)
via Pacchiarotti G., 92 Tel. 328.9639663
AF LAB (Personal trainer)
via Nomentana, 575 Tel. 324.5488809
ANTE FITNESS (Personal trainer)
via Val Maggia, 160 Tel. 380.7288337
ATHLON CLUB 4.0
Via Ugo Ojetti, 134 desk@athlonroma.it
AZZURRA
via Pian di Scò, 22 Tel. 06.79785075
BIG via d. Bufalotta, 288 Tel. 06.87235332

BODY TECH via Talli V., 150 Tel. 06.8815102
CROSSFIT TALENTI
via Romagnoli E., 21 Tel. 338.4059051
EAGLE
via Agliana, 26 Tel. 06.95223084
FIT AND GO
via della Bufalotta, 178 Tel. 06.94833528
FIT CLUB SALARIO
via Cinigiano, 26 Tel. 348.2901724
FITNESS FUN
via Mugello, 42 Tel. 06.39375765
FUSCO FITNESS (Personal trainer)
l.go Visconti L., 20 Tel. 3495305189
GARDEN GYM
via Conca d'Oro, 352 Tel. 06.88329938
ICON
via Capuana L., 162 Tel. 06.86899985
via Della Seta U., 49 Tel. 06.87131518
LA PALESTRA FITNESS CLUB
via Sacchetti F., 88 Tel. 06.87148129
LYBRA
via Trissino G., 10c Tel. 366.1738075
MAXIMO
via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579
NONSOLOSPORT
via delle Egadi, 18 Tel. 392.7049689
NUOVA ERAKLES
via della Bufalotta, 23 Tel. 06.8861849
OLIMPIA A.S.D.
via Nomentana, 643 Tel. 06.86899375
PALESTRA POPOLARE COLLE SALARIO
Largo M. Giusto, 14 Tel. 338.5447629
PALESTRA POPOLARE VALERIO VERBANO
Via delle Isole Curzolane, 131,
SALARIA SPORT VILLAGE
via S. Gaggio, 5
Tel. 06.24404811
www.salariavillage.it
SO BEAUTY & SO STRONG (Personal Trainer)
via Melbourne, 41/43 Tel. 391.4761081
SPORT CONDITIONING STUDIO A.S.D. (Personal Trainer)
via Valdinievole, 9/A Tel. 06.87190074
SPORT VILLAGE
Via Emilio Zago 1- Tel. 06.87133664
STUDIO NUOVO SALARIO (Personal Trainer)
via Valmarana G., 75 Tel. 338.3665270
UNIVERSAL GYM
p.zza Monte Baldo, 14 A Tel. 06.8181389
VIRGIN ACTIVE
via Martino G.B., 19
via Niccodemi D., 75
Tel. 800.914555
WYKI GYM
via Silvani A., 45 Tel. 06.8120072
WOW - LES FEMMES (Femminile)
v.le Adriatico, 93 Tel. 392.1914353

PALLACANESTRO – MINI BASKET da pag 45

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)
Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it
BASKET VALSUGANA (C. Sport. Municipale)
Via Papini G., 36 Tel. 06.87135541
DON BOSCO ASD
Via Cocco Ortu F., 77 Tel. 329.4147322
GAUSS BASKET
Via della Bufalotta, 556 Tel. 06.24305331

G.B. VICO ASS. POI. DILETT. (C. Municipale)

Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it
INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

MONTESACRO ASD (Centro sport. Municipale)

Via Fucini R., 265 Tel. 347.6613605

PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)

Via Bandello M., destradisangelo@gmail.com

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SANTA LUCIA BASKET

Via Pasquariello G., 27 Tel. 347.3902842

SCUOLA SPORTIVA DIL (C. Municipale)

Via Serassi, 7 cesari.a@tiscali.it

SEMPIONE ADP (Centro sport. Municipale)

Viale Jonio, 206H info.sempione@gmail.com

SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)

Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

TIBER BASKET

Via Bertini Attilj C., 45 Tel. 06.86800138

PALLAVOLO – MINI VOLLEY da pag 47

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)

Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it

CDP FENICE

Via Monelli P., 56 Tel. 06.88642305

C VICO QUARTA ASD (Centro sport. Municipale)

Piazza Filattiera, 84 asdvicoquarta.roma@tiscali.it

DIAMOND ROMA (Centro sport. Municipale)

Via Monte Ruggero, 39 info@diamondpallavolo.it

DON BOSCO ASD Via Cocco Ortu F., 77 Tel. 329.4147322

G.B. VICO ASS. POLISP. DILETT. (Centro sport. Municipale)

Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

MAJORANA A.S.D. POLISP. (Centro sport. Municipale)

Piazza Minucciano, 33 marco-volpato@libero.it

MONTESACRO ASD (Centro sport. Municipale)

Via Fucini R., 265 Tel. 349.2891996

MOOVIMENTO APD

Via della Cecchina, 20 Tel. 348.9067763

NOBEL POLISPORTIVA (Centro sport. Municipale)

Via Rio nell'Elba, 145 Tel. 339.7278112

PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)

Via Bandello M., snc destradisangelo@gmail.com

POLISP. RINASCITA (C. Municipale, anche disabili)

Via Svevo I., snc michele.barillari@alice.it

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SCUOLA SPORTIVA DIL (Centro sport. Municipale)

Via Serassi, 7 cesari.a@tiscali.it

SEMPIONE ADP (Centro sport. Municipale)

Viale Jonio, 206H info.sempione@gmail.com

SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)

Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

SPORT A SCUOLA MAGNANI (C. sport. Municipale)

Via Val Maggia, 21 p.masdari@libero.it

SPORT A SCUOLA J. PIAGET (Centro s.)

Via Russolillo., 64 presidenteroma@ascsport.it

PATTINAGGIO SUL GHIACCIO da pag 51

PANDA SPORTING CLUB

Via Nomentana, 1070

Tel. 06.8274201

PUGILATO pag 52

ATTILIO VOLPE BOXE ASD

Via Montaione, 15

Tel. 329.8889013

EAGLE

via Agliana, 26 Tel. 06.95223084

MONTESACRO BOXE ACADEMY

Via Vigne Nuove, 469 Tel. 06.87137004

PALESTRA POPOLARE COLLE SALARIO

Largo M. Giusto, 14

Tel. 338.5447629

PAL. POPOLARE V. VERBANO (Kick boxing)

Via delle Isole Curzolane, 131,

SPORT VILLAGE

Via Emilio Zago 1 Tel. 06.87133664

TALENTI BOXE

Via Carrer L., 45 Tel. 06.87133127

UNIVERSAL GYM (Kick boxing)

p.zza Monte Baldo, 14 A Tel. 06.8181389

RUGBY pag 53

RUGBY NUOVO SALARIO

Via di Villa Spada, 64 Tel. 327.4623438

SCHERMA pag 55

ACCADEMIA ROMANA D'ARMI

Via Sarandi, 1 Tel. 328.7135807

LAME TRICOLORI

Via Gaiole in Chianti, 371.4167587

PALESTRA POPOLARE COLLE SALARIO

Largo M. San Giusto, 14 Tel. 338.5447629

ROMA FENCING

Via Festa N., 65 Tel. 06.98931471

TENNIS da pag 57

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120

Tel. 06.87189350

CLUB NOMETANO

Viale Rousseau, 124 Tel. 329.4939804

COSMOS

via Nomentana, 858 Tel. 06.8272672

NEW GREEN HILL

Via della Bufalotta, 663 Tel. 06.87133810

PANDA SPORTING CLUB

Via Nomentana, 1070 Tel. 06.8274201

info@sportingclubpanda.it

www.sportingclubpanda.it

VALENTINI

Via della Marcigliana, 592 Tel. 06.87120207

TIRO CON L'ARCO pag 59

ARCIERI SAGITTARIO

Via di Villa Spada, 62 Tel. 392.5276797

SCUOLA SPORTIVA DIL. (C. Municipale)

Via Serassi, 7cesari.a@tiscali.it

TARGHE E COPPE

BARTOLINI

v.le Jonio, 145

Tel. 06.8170227



JUDO

CORSI PER ADULTI E BAMBINI



CON I
MAESTRI
DEL



LEZIONI DI
PROVA
GRATUITE

AFFILIATO



PALESTRA DELL' I.C. FUCINI
VIA CORRADO ALVARO, 25
INGRESSO LATO PARCO VIA FUCINI

INFO Franco Penna 335 8232625 • Roberto Fortunati 339 3488690

ARTI MARZIALI

Cosa sono le arti marziali?

Le arti marziali (martial arts) sono metodi di combattimento – veri e propri sistemi codificati – tradizionali o moderni, concepiti per ragioni talvolta molto differenti: autodifesa, offesa, applicazioni militari, competizione sportiva, sviluppo fisico, mentale e spirituale, intrattenimento e conservazione del patrimonio culturale immateriale di una nazione.

Le Arti Marziali si dividono in

STRIKES Karate Taekwondo, Capoeira, Muay Thai, Kung Fu

GRAPPLING Judo, Jujutsu, jiu-jitsu brasiliano,

ARMATE kendo (spada), bojutsu (bastone)

AZZURRA

via Pian di Scò, 22
Tel. 06.79785075



ANCIENT DISCIPLINES (Kung fu)

Via Cascina,9, Settebagni Tel. 327.1430010

BARRILI ASD (Karate, Centro sport. Municipale)

Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it

CENTRO JUDO FRANCO PENNA

(Judo, Taekwondo, Karate)

Via Corrado Alvaro, 25 Tel. 335.8232625

CENTRO SHENSHAN TAI CHI QI GONG

Via Val Senio, 32 Tel. 348.0376717

C.S.M. VICO QUARTA ASD (Centro sport. Municipale)

Piazza Filattiera, 84 asdvicoquarta.roma@tiscali.it

EAGLE (Ju jitsu)

Via Agliana, 26 tel. 06.95223084

GARDEN GYM (Judo, Karate)

Via Conca d'Oro, 352 Tel. 06.88329938

GAUSS (Kung fu)

Via della Bufalotta, 556 Tel. 06.24305331

GINNICA 3 (Kendo, Centro sport. Municipale)

Via Foscari P., 70ginnica3@gmail.com

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

KORAT TEMPLE TRAINING (Muay Thai, Taekwondo)

Via Arturo Graf, 77 06.89831443

MANTIDE SETTE STELLE

(Kung fu)

Via Monte Cardoneto, 9

Tel. 347.9334972

MAXIMO (Ju jitsu)

via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579



ARTI MARZIALI

MUAY BORAN IMBA (Muay Thai)
Via della Bufalotta, 23 Tel. 06.8861849
NOBEL POLISPORTIVA, (Centro sport. Municipale)
Via Rio nell'Elba, 145 Tel. 339.7278112
PALESTRA VERBANO (Karate, Kung fu)
Via I. Curzolane, 131, palestraverbano@gmail.com
PANDA SPORTING CLUB
(Judo)
Via Nomentana, 1070
Tel. 06.8274201
info@sportingclubpanda.it
www.sportingclubpanda.it
SALARIA SPORT VILLAGE
(Taekwondo)
via S. Gaggio, 5
Tel. 06.24404811
www.salariavillage.it
SALGEN PSG (Karate)
Via Morrone M., 25
Tel. 06.87200771



SPORT A SCUOLA
(Karate, Muay Thai, C. Municipale)
Via Russolillo Don G.M., 64
presidenteroma@ascsport.it
SPORTING CLUB FIDENE (Judo, C. Municipale)
Via Serrapetrona, 121
sportingclubfidene@gmail.com
SPORT VILLAGE (Judo, Karate)
Via Emilio Zago 1 Tel. 06.87133664
info@sportvillageroma.it
TALENTI ARTI MARZIALI
(Judo, Karate)
Via della Bufalotta, 663
Tel. 334.6754359
TALENTI SPORTING (Judo)
via Del Lungo I., 32 Tel. 392.5922405
UNIVERSAL GYM (Karate)
p.zza Monte Baldo, 14 ATel. 06.8181389
XIÈ – IL TUONO E LA PIOGGIA (Kung fu, Tai chi)
Via Pienza, 273/275 Tel. 339.1787886



**AERO GYM
COMBAT**

PALESTRA NUOVA ERAKLES
VIA DELLA BUFALOTTA, 23

MARTEDÌ E GIOVEDÌ
DALLE 19,15 ALLE 20,15

COME È STRUTTURATA UNA LEZIONE?

1. Allenamento aerobico a corpo libero o con attrezzi minimi per creare resistenza e incrementare l'intensità del workout
2. Studio della tecnica, riportata successivamente sui fuochi o direttamente a corpo a corpo
3. Defaticamento e stretching

ATLETICA LEGGERA

Dal 1974

*per lo sport ed il territorio
di Roma Nord*



ATLETICA LEGGERA

- Attività giovanile 5/17 anni
- Corso Speedwalking adulti
- Volpi del Parco master

CORSI DI 1/2/3

ALLENAMENTI A SETTIMANA

Martedì/Giovedì 15.00/16.30

dal 2012 al 2005

Sabato ore 9.30/11.00

dal 2019 al 2005

Istruttori qualificati FIDAL
(Federazione Italiana di Atletica Leggera)



Visita il nostro sito Kronosroma.it per conoscere le altre sedi e per avere maggiori informazioni



Alberto 3397766504 - Rekik 3275837863
parcodellevalli@kronosroma.it
Sede legale: viale Etiopia 15, 00199 Roma
P.IVA 16480971007 - C.F.9723110582

CALCIO / CALCIO A 5



ACCADEMIA CALCIO ROMA
Via di Settebagni, 340 Tel. 06.87201887
ACHILLEA
Via Aleramo S., 29 Tel. 06.8274384
CIRCOLO SPORTIVO ITALIA
Via della Bufalotta, 120
Tel. 06.87189350
CLUB NOMENTANO
Viale Rousseau, 124 Tel. 329.4939804
COSMOS
Via Nomentana, 858 Tel. 06.8272672
DON BOSCO ASD
Via Cocco Ortu F., 77 Tel. 329.7852520
FIDENE ASD
Via di Villa Spada, 64 Tel. 06.8801249
FUTBOL TALENTI
Via Nomentana, 858 Tel. 320.8408677
LEDESMA ACADEMY
Via Franco Simongini, 29 c Tel. 331.793 6164
ledesma.academy@hotmail.com
MONTESACRO ASD (Centro sport. Municipale)
Via Fucini R., 265 Tel. 347.6613605
MONTESACRO CALCIO
Via Bertini Attijl C., 35 Tel. 06.8275361



MONTESACRO CALCIO

Scuola Calcio e affitto campi

328 201 0478

Via Clelia Bettini Attily, 35
Montesacro Alto/Talenti
asdmontesacrocalcio@live.it



*"Imparare e divertirsi
con il pallone
fin da piccoli"*



ACCADEMIA CALCIO ROMA



SCUOLA CALCIO 3° LIVELLO

UNDER 17 ELITE

UNDER 15 ELITE

UNDER 16 ELITE

UNDER 14 ELITE

VIA DI SETTEBAGNI 340

EMAIL: ACCADEMIACALCIOROMA GMAIL COM

TEL: 3428080684



ROMANA FOOTBALL CLUB

Usque ad finem



Serie D

Girone G

U19 Nazionale

Girone H



U17 Elite

U16 Regionale

U15 Elite

U14 Elite

Via di Settebagni 340



Romana Football Club



Romanaofficialclub

Mail info@romanafc.it



Romana FC



romanafootballclub

Tel 3428080684

CALCIO / CALCIO A 5

PANDA SPORTING CLUB

Via Nomentana, 1070

Tel. 06.8274201

info@sportingclubpanda.it

www.sportingclubpanda.it

PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)

Via Bandello M., snc destradisangelo@gmail.com

SETTEBAGNI CALCIO

Via Salaria, 1403 Tel. 349.6291577

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

SPES MONTESACRO

Via dell'Ateneo Salesiano, 82 Tel. 06.87133028

ASD SPORT IMPEGNO (Centro sport. Municipale)

Via Pintor J., 6 domenycoprovedi@libero.it

TIRRENO SANSA

Via del Gran Paradiso, 51 339.2986834



**SCUOLA
CALCIO**
DOVE IL
CALCIO È
PASSIONE



#COMELEONI

PER INFO :
339 298 6834 /339 111 3132
CAMPO BRUNO BARBIERI
VIA GRAN PARADISO (RM)

SPES
MONTESACRO



Tutti insieme



prima in campo...

...poi a tavola!



Via dell'Ateneo Salesiano, 82
Tel. 06 87133028



Col Patrocinio

ROMA CAPITALE Municipio III

IN COLLABORAZIONE CON

L'ASL ROMA 1

**Guida ai negozi e servizi
del Municipio dedicati all'infanzia**

Il **TUTTOQUARTIERE** del tuo bambino

Leggi anche su
www.montesacronews.it

**La Scuola - La Salute
Lo Sport - Il Gioco**



**Consultalo anche online su
www.montesacronews.it**

DANZA / BALLO

ACQUA AZZURRA POLISP. (C. Municipale)
Via Calcinaia, 44 m.marchione@assport.org
APRÈS LA CLASSE
via Mugello, 60 Tel. 320.2732737
ARTELIVE ACADEMY
p.zza Bulgarelli M.B., 41 tel. 351.7707671

ASD - ARTESTUDIODANZA
via Cervi G., 14/30 Tel. 06.88972065
DANCING CENTER
p.zza Belotti B., 25 Tel. 338.3050102
DEFRAG (Tango)
via delle Isole Curzolane, 75 Tel. 06.64495085



Scuola di

TANGO ARGENTINO

con Giulia Galante e Matteo Piscitelli

CORSI E ATTIVITA' PER TUTTI I LIVELLI!



DESVELO ASD-APS
Piazza Bortolo Belotti 13/14, Roma
(Quartiere Nuovo Salario)

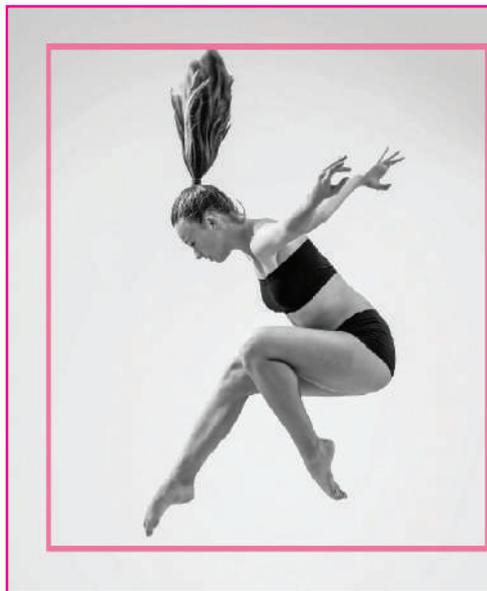
📞 06 9294 9509

🌐 www.desvelo.it

✉ info@desvelo.it

📱 @desvelotango

Desvelo
SCUOLA DI TANGO ARGENTINO



DANCING
CENTER

PIAZZA BORTOLO BELOTTI, 25/30
00139 - ROMA
3383050102 - 0649779918

DANZA / BALLO

DESVELO

p.zza Belotti B., 13/14 Tel. 06.92949509

DON'T WALK DANCE

via Falena, 15 Tel. 06.8270617

ELLE DANCE STUDIO

v.le Tirreno, 292 Tel. 06.85388.779

GARDEN GYM (Corsi di ballo)

via Conca d'Oro, 352 Tel. 06.88329938

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

GINNICA 3 (Centro sport. Municipale)

Via Foscari P., 70 ginnica3@gmail.com

KAIROS TEATRO (Teatro danza)

Viale Gottardo, 73 Via Comparetti D., 69

Tel. 06.8800251

LE ALI DI ISIDE

Tel. 349.8724391

LET IT BE

via Del Lungo I., 26 Tel. 340.9451024



MAMA SCHOOL DANCE

via Festa N., 65 Tel. 06.88920674

MAXIMO (Danza sportiva e ballo)

via di Cl Boccone, 283 Tel. 351.8776579

NEW WORLD DANCE

via Radicofani, 135 Tel. 392.8079939

NOTE DANZANTI

via Praga, 27, 135 Tel. 346.0817626

ORADEI ACADEMY

via Radicofani, 128 Tel. 329.0679843

PAL. POPOLARE V. VERBANO (Capoeira)

Via delle Isole Curzolane, 131,

PANDA SPORTING CLUB (Ballo)

Via Nomentana, 1070

Tel. 06.8274201

info@sportingclubpanda.it

www.sportingclubpanda.it

P.POLE STUDIO (Pole dance)

Via Monte Giberto, 151 Tel. 333.9479686



ARTELIVE ACADEMY

performing arts center

CANTO CANTO – CORO – BACKING VOCALS – STAGING

DANZA VIDEO DANCE – HEELS – STREET JAZZ – HIP HOP

LATIN SOLO – SALSA IN COPPIA – MODERN – CLASSIC

TEATRO RECITAZIONE – MUSICAL

(per tutte le età e tutti i livelli)

www.arteliveacademy.it



@Artelive Academy



@arteliveacademy

DANZA \ CANTO \ TEATRO

Piazza Marianna Benti Bulgarelli, 41 - 351.7707671 - info@arteliveacademy.it

CORSI DI TEATRO DANZA

Maestro Ivan Ristallo, Dance Company di Lindsay Kemp



 **KAIROS TEATRO** tel. 339 3765671

Viale Gottardo, 73 - www.kairosteatroroma.it

CORSI PER ADULTI E BAMBINI

Lezioni private
Preparazione per audizioni
Partecipazione
a rassegne e concorsi
Stage mensili con maestri
internazionali

PRENOTA LE
TUE LEZIONI
GRATUITE

Direzione Artistica: Mariangela Pesce

ASD
artestudiodanza

viale Gino Cervi 14 - centro comm.le "Piramide"
tel. 06.88972065 - sms + 340.2556461
www.asd-artestudiodanza.it
  [asdartistudiodanza](https://www.facebook.com/asdartistudiodanza)

DANZA CLASSICA
DANZA MODERNA
CONTEMPORANEO
HIP HOP
BREAK DANCE
LATINO AMERICANI
BALLI DI GRUPPO
DANZA ORIENTALE
BOOGIE WOOGIE
DANZA PER ADULTI
SALSA CUBANA
TANGO
TOTAL BODY
PILATES
MASTERSTRETCH

e per i più piccini
BABY DANCE
PROPEDEUTICA
BALLO CON PAPA'



PROFESSIONISTI DELLO SPORT

ENTRA A FAR PARTE DELLA FAMIGLIA CSEN E POTRAI USUFRUIRE DI NUMEROSI VANTAGGI RISERVATI AI NOSTRI AFFILIATI

1.730.000 TESSERAMENTI SPORTIVI

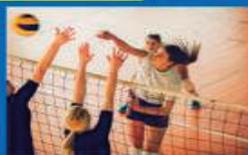


270.000 TESSERAMENTI TEMPO LIBERO



2.000.000 SOCI DIRIGENTI, TECNICI, ATLETI, AMATORI

4.300 ASSOCIAZIONI SPORTIVE



30.000 CERTIFICAZIONI TECNICHE ISTRUTTORI

CENTRO DI FORMAZIONE SPORTIVA NAZIONALE



PROMOZIONE ED ORGANIZZAZIONE DI MANIFESTAZIONI SPORTIVE PER TUTTE LE ETA'



ATTIVITA' CULTURALI, RICREATIVE E DEL TEMPO LIBERO



Info line 0686201061 - 3346575560

info@cсенroma.it formazione@cсенroma.it



CSEN Comitato Provinciale di Roma
Via Pietro Mascagni n 138 Roma

DANZA / BALLO

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SOUL DANCE

via Alberini, 5 Tel. 333.3453528

SPORT A SCUOLA (C Municipale)

Via Val Maggia, 21

p.mascari@libero.it

SPORT A SCUOLA (C. Municipale)

Via Russolillo, 64 presidenteroma@ascsport.it

STUDIO DANZA TALENTI ARL

via Comparetti D., 20 Tel. 06.8273749

UNIVERSAL GYM (Salsa e bachata)

p.zza Monte Baldo, 14 A Tel. 06.8181389

ZONADANZA via dei Col Serpentara, 15 Tel. 339.8199062



ASD
Zonadanza



Via Colli della Serpentara, 15 - 00139 Roma - tel 339 8199062 - zonadanza2@email.it



INSIEME PER FARE

arte cultura sport

dal 1977

DANZA
Propedeutica
Classica
Moderna
Contemporanea
Hip hop
Breakdance
Flamenco

SPORT
Basket
Karate
Macumba fitness
Ginnastica

BENESSERE
Yoga
Tai chi
Pilates
Posturale

BALLO
Balli di coppia
Balli di gruppo
Lindy hop
Danze popolari
Salsa e Bachata

Info: 333.7410352

www.insiemeperefare.it

IL RANCH



Animazione pony party



**Sala feste
location Montesacro**



circolo ippico il ranch

Su prenotazione al 3929478584
Viale Tirreno , 13 adiacente piazza Sempione

I benefici



Allenamento total body

I **muscoli coinvolti** mentre si va a cavallo sono davvero tanti: gambe, glutei, dorsali, i muscoli delle braccia e gli addominali.

Mentre il cavallo è in movimento, andiamo a **sollecitare e tonificare** tutti i nostri migliorandone l'elasticità seguendo il ritmo dell'andatura del cavallo.

Si dimagrisce

Montando a cavallo **consumiamo in base all'andatura più o meno calorie**. Per esempio al passo bruciamo circa 2,8 calorie all'ora per kg di peso, al trotto 4 e al galoppo 6,3.

Favorisce l'autostima

Preparare il cavallo, sellarlo, strigliarlo, pulire gli zoccoli, e magari anche preparare il suo box e dargli da mangiare, possono essere attività molto faticose, ma anche estremamente diver-

tenti. Essere in grado di **“controllare” un animale così maestoso e forte** ha un effetto benefico sull'autostima e sulla consapevolezza di sé,

Un aiuto per la nostra pressione

Proporzionalmente alla tonificazione muscolare, andando a cavallo alleniamo anche l'apparato cardio-vascolare e respiratorio. Il battito cardiaco aumenta in funzione dell'andatura. Il nostro cuore inizia a pompare più sangue, aiutandoci a tenere meglio **sotto controllo la pressione arteriosa**.

Migliora la percezione del nostro corpo

L'equilibrio in sella, i cambi di direzione e dei movimenti del cavallo, mandano continui stimoli ai nostri organi dell'equilibrio. Questo ci permette di misurare meglio la **percezione del nostro corpo**

FESTEGGIATI da
CART'INCANTO

**TUTTO PER IL TUO
PARTY**



E PER LE TUE RICORRENZE
COORDINATI DA TAVOLA
CONFEZIONI REGALO - FESTONI
CANDELE - PALLONCINI CON ELIO
OSTIE PERSONALIZZATE

Viale Tirreno, 265 (P.le Jonio)
Tel. 06.88641360

GINNASTICA ARTISTICA

RITMICA • GENERALE • POSTURALE

GINNASTICA ADULTI, TERZA ETÀ, DISABILITÀ

ACQUA AZZURRA POLISP.

(Centro sport. Municipale)

Via Calcinaia, 44 m.marchione@assport.org

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)

Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it

BASKET VALSUGANA (Centro Sport. Municipale)

Via Papini G., 36 Tel. 06.87135541

C.S.M. VICO QUARTA ASD (Centro sport. Municipale)

Piazza Filattiera, 84 asdvisoquarta.roma@tiscali.it

GINNICA 3 (Centro sport. Municipale)

Via Foscari P., 70 ginnica3@gmail.com

G.B. VICO ASS. POL. DILETT. (C. sport. Municipale)

Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

PALESTRA POPOLARE VALERIO VERBANO

Via delle Isole Curzolane, 131,

palestraverbano@gmail.com

PETRARCA ROMA A.S.D. (C. Sport. Municipale)

Via di Setebagni, 241 liliana.canavacci@virgilio.it

PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)

Via Bandello M., snc destradisangelo@gmail.com

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)

Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com

SPORT A SCUOLA J. PIAGET (C. Municipale)

Via Russolillo Don G.M., 64

presidenteroma@ascsport.it

SPORT A SCUOLA ANNA MAGNANI (C. Municipale)

Via Val Maggia, 21 p.mascari@libero.it

GINNASTICA ARTISTICA

BASKET VALSUGANA

(Centro Sport. Municipale)

Via Papini G., 36

Tel. 06.87135541

basketvalsugana@gmail.com

basketvalsugana.it

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120

Tel. 06.87189350

G.B. VICO ASS. POLISP. (C. sport. Municipale)

Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it



INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

MAJORANA A.S.D. POLISP. (C. Municipale)

Piazza Minucciano, 33 marco-volpato@libero.it

PALESTRA POPOLARE VALERIO VERBANO

Via delle Isole Curzolane, 131,

SALGEN PSG

Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771

SCUOLA SPORTIVA DILETT. (C. Municipale)

Via Serassi, 7 cesari.a@tiscali.it

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

GINNASTICA RITMICA

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)

Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120 Tel. 06.87189350

G3 SPORT ORTOLANI GROUP (C. Municipale)

Via di Setebagni, 231

GINNICA 3 (Centro sport. Municipale)

Via Foscari P., 70 ginnica3@gmail.com

G.B. VICO ASS. POLISP. DILETT. (C. Municipale)

Via Mauri A., 5vicver@hotmail.it

INSIEME PER FARE

via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374

POLISPORTIVA M.S.E. ASD (C. Municipale)

Via Savinio, 43 Tel. 334.1650852

SEMPIONE ADP (Centro sport. Municipale)

Viale Jonio, 206H info.sempione@gmail.com

SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)

Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com

SIRIO APD (Centro sport. Municipale)

Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com

SPORT A SCUOLA ANNA MAGNANI

(Centro sport. Municipale)

Via Val Maggia, 21 p.mascari@libero.it

VERRI ASD Via Perazzi C., 30 asdverri@gmail.com

SALARIA SPORT VILLAGE



FAI SQUADRA CON NOI



FITNESS

PISCINA

SPORT



SALA PESI

VILLAGE

PRENOTA ORA

la tua **PROVA GRATUITA**



SALARIA SPORT VILLAGE - VIA S. GAGGIO, 5 ROMA
0624404811 - WWW.SALARIIVILLAGE.IT



NUOTO / PISCINE



ACCADEMIA NUOTO (Estiva)
Via di Settebagni, 340 Tel. 366.5948453
ATHLON CLUB 4.0 (Coperta)
Via Ugo Ojetti, 134 desk@athlonroma.it
CENTRO FIN URBE (Anche estiva)
Via Gaiole in Chianti Tel. 380.688 8528
CLUB NOMETANO (Anche estiva)
Viale Rousseau, 124 Tel. 06.86802476
LA PISCINA CRAWL 2000 (Comunale, coperta)
Via del Gran Paradiso, 93 Tel. 06.87193752
MAXIMO (Coperta)
via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579
NEW GREEN HILL (Estiva)
Via della Bufalotta, 663
Tel. 06.87133810

PANDA SPORTING CLUB
Via Nomentana, 1070
Tel. 06.8274201
info@sportingclubpanda.it - www.sportingclubpanda.it
RN BELPOGGIO (Estiva)
Via Monte di Casa, 72 Tel: 06.8889587
SALARIA SPORT VILLAGE (Anche estiva)
via S. Gaggio, 5 Tel. 06.24404811
VALENTINI (Estiva)
Via della Marcigliana, 592 Tel. 06.87120207
VIRGIN ACTIVE (Coperta)
via Martino G.B., 19
via Niccodemi D., www.virginactive.it
WYKI GIM (Coperta)
via Silvani A., 45 Tel. 06.8120072



WikiGym

fitness & pool

ATTIVITÀ PER ADULTI

Acqua Gym - Nuoto Libero - Pilates - Sala
Pesi - Cardio Fitness - Difesa Personale -
Ginnastica Posturale - Total Body - Rebound
Idrochinesi - Personal Trainer



ATTIVITÀ PER BAMBINI

Scuola Nuoto ed individuali
Accademia di Danza
Corsi di Nuoto Estivi - Corsi di Karate
Feste di compleanno in piscina
Laboratori per Bambini

Via A. Silvani 45 00139 Roma Tel. 06 8120072 • wikigym@libero.it • www.wikigym.it



ATTIVITÀ BABY 0/3 ANNI SCUOLA NUOTO BAMBINI

**CORSI NUOTO ADULTI
CORSI FITNESS ADULTI
NUOTO LIBERO**

GARANTIAMO IGIENE E SICUREZZA

**PER INFORMAZIONI CONTATTATECI
ALLO 06.87193752**

**E-mail: info@lapiscinacrawl2000.it
www.lapiscinacrawl2000.it**

**ORARIO DELLA SEGRETERIA
LUN-VEN 8,30/19,00 SAB 9,30/14,00**

**Via del Gran Paradiso, 93
(via Monte Rocchetta)**

PADEL

BELPOGGIO PADEL HUB

Via Monte di Casa, 72 Tel: 351.3010670

BLU PADEL CLUB

Via di Settebagni, 340 Tel. 331.7437850

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120

Tel. 06.87189350

CLUB NOMENTANO

Viale Rousseau, 124 Tel. 329.4939804

COSMOS via Nomentana, 858 Tel. 06.8272672

MÀS PADEL ROMA

Via della Bufalotta, 663 Tel. 339.5974978

MAXIMO

via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579

MONTESACRO PADEL

Via Bertini Attilij C., 35 tel. 349.4535487

PANDA SPORTING CLUB

Via Nomentana, 1070

Tel. 06.8274201

SALARIA PADEL CLUB

Via Gaggio S., 5 Tel. 320.3179829

VALENTINI

Via della Marcigliana, 592 Tel. 06.87120207



MONTESACRO PADEL



**"Da noi è Padelmania
per tutte l'età"**



Via Clelia Bertini Attilij 35, 349 453 5487
montesacropadel@gmail.com

25 Settembre 2023 - 6 Giugno 2024

SCUOLA PADEL RAGAZZI



DURATA: 90 min
CORSO ANNUALE
Lunedì e Giovedì

15:30 - 17:00 (max 10 iscritti)

14/15/16 anni

Lezioni + Iscrizione
+ Assicurazione
+ Kit: zaino, kway, giacca,
2 magliette, 1 pantaloncino

17:00 - 18:30 (max 10 iscritti)

11/12/13 anni

MONTESACRO
PADEL

L'ASSISTENZA MEDICA DEDICATA ALLE TUE PASSIONI SPORTIVE

AFFIDATI SUBITO
AI NOSTRI SPECIALISTI
7 GIORNI SU 7



FISIOTERAPIA

Un moderno centro dove si effettuano terapie ad alta tecnologia, terapie tradizionali e terapie manuali, avvalendosi di macchinari innovativi per la riabilitazione motoria.

Trattamenti eseguibili: • RSQI (Elettroterapia) • EVM (Energia Vibratoria Muscolare) • onde d'urto • laser terapia • tecarterapia • ipertermia • ultrasuoni • magnetoterapia • elettroterapia antalgica • riabilitazione manuale con attrezzature dedicate • riabilitazione motoria e neuromotoria • riabilitazione posturale • riabilitazione della mano • rieducazione post-traumatica • idrochinesiterapia • osteopatia • linfodrenaggio • fibrolisi • test isocinetico • pedana propriocettiva • valutazione della forza • preparazione atletica • mesoterapia • infiltrazioni articolari • gnatologia sportiva • posturologia clinica • fisioestetica • visite fisiatriche.

DIAGNOSTICA PER IMMAGINI

Il reparto è dotato di apparecchiature di ultima generazione che eseguono esami di alta diagnostica: • radiologia digitale • ecografia 3D e 4D • TAC multistrato (128 o 256 slice) • ecocolordoppler • risonanza magnetica 1,5 Tesla

aperta • ortopanoramica digitale • Cone Beam 3D • Dentalscan • Moc Dexa.

MEDICINA DELLO SPORT

Il nostro servizio di medicina dello sport offre supporto a tutti i membri della famiglia grazie all'impegno di numerose figure sanitarie specializzate nella gestione dei bisogni dell'atleta. Dalla visita di idoneità sportiva per chi pratica lo sport a livello agonistico e non (con rilascio del relativo certificato) al supporto durante l'attività fisica, includendo l'intervento medico in caso di patologie.

PLAYCAST, IL GESSO NON GESSO

Una tecnologia d'avanguardia a disposizione, in esclusiva, presso le nostre strutture. PlayCast è l'alternativa smart al gesso tradizionale: leggero, traspirante, resistente all'acqua, personalizzato e realizzato su misura grazie alla stampa 3D.

ANALISI DEL MOVIMENTO

L'analisi posturale consiste nella ricerca degli squilibri della struttura corporea causati da alterazioni della masticazione, alterazioni della

CHIAMA IL NUMERO

06 88 70 041

**SCEGLI IL TASTO 1 PER PARLARE
DIRETTAMENTE CON NOI**

vista o dell'appoggio del piede e problematiche osteo-artro-muscolari.

L'analisi del passo, della corsa e dell'equilibrio permette di migliorare la postura e la sensibilità propriocettiva, al fine di incrementare le proprie prestazioni sportive.

SPORT E GNATOLOGIA

La malocclusione può ripercuotersi negativamente sulla postura dell'atleta e può comprometterne le prestazioni, aumentando il rischio di infortuni. La gnatologia riveste un ruolo fondamentale nello sport a qualunque livello: in caso di problematiche, grazie all'utilizzo di dispositivi orali (bite o placche di svincolo), è possibile migliorare la postura favorendo il rilassamento muscolare di tutto il corpo, migliorando i risultati agonistici.

BAROPODOMETRIA

È un esame composto da un test dinamico, con analisi del passo e lo studio del movimento, e uno statico, utile a valutare la qualità dell'appoggio a terra dei piedi.

Raccoglie i dati utili per una ricostruzione tridimensionale del movimento e permette l'identificazione di gestualità non corrette che possono essere causa di dolori alle articolazioni.

VALUTAZIONE NUTRIZIONALE E ANTROPOMETRICA

Si rivolge agli atleti che desiderano un piano alimentare specifico per lo sport praticato o a tutte le persone che intendono perdere o controllare il proprio peso attraverso un regime alimentare corretto, unito all'attività fisica.

ORTOPEDIA RIGENERATIVA

Alternativa efficace alle tradizionali infiltrazioni o applicazioni protesiche per tutte le articolazioni. È indicata in caso di eventi degenerativi e post-traumatici a carico di anca e ginocchio, lesioni post-traumatiche a carico dei tessuti cartilaginei e muscolo-tendinei, osteoartrosi, processi artrosici cronico-degenerativi a carico delle articolazioni.

OZONOTERAPIA

L'ozonoterapia è un trattamento medico molto efficace per la sua azione antidolorifica, antinfiammatoria e rivitalizzante dei tessuti.

Grazie ai suoi tanti benefici soprattutto in ambito sportivo permette di trattare un ampio ventaglio di disturbi, dal mal di schiena dovuto a ernia del disco e protrusioni, fino alle patologie articolari e muscolo tendinee anche post traumatiche.

MEDICINA LEGALE E CERTIFICAZIONI

Le nostre strutture garantiscono una serie di servizi tra cui accertamenti e certificazioni.

È possibile ottenere:

- certificati di idoneità per conduzione autoveicoli e natanti (conseguimento rinnovo patenti di guida e patenti nautiche)
- certificati conseguimento e rinnovo porto d'armi
- certificati introduttivi INPS (invalidità, handicap e inabilità lavorativa)
- consulenza medico legale ai fini previdenziali, infortuni e malattie professionali (INAIL), responsabilità professionale (colpa medica).

ASSISTENZA TRAUMATOLOGICA H24

Lo staff del nostro **Centro di Traumatologia Sportiva H24** è composto da medici, fisioterapisti ed anestesisti a disposizione 24 ore su 24 e 7 giorni su 7.

PRIMA AVVIENE L'INTERVENTO MIRATO ALLA GESTIONE DEL TRAUMA, PRIMA AVVERRÀ IL RECUPERO FISICO E DUNQUE LA RIPRESA DELLA PROPRIA ATTIVITÀ SPORTIVA!

Il paziente, che sfortunatamente subisce un infortunio sul campo, può contattare anche in urgenza le nostre strutture per:

- svolgere una visita con ortopedici specialisti in traumatologia dello sport,
- eseguire esami diagnostici: dalla radiografia all'ecografia, dalla risonanza magnetica alla TC,
- eseguire immobilizzazioni articolari attraverso tutori statici e dinamici, gessi e gessi di ultima generazione stampati in 3D;
- svolgere trattamenti riabilitativi;
- svolgere trattamenti di medicina rigenerativa e ozonoterapia.



**NUOVA
VILLA
CLAUDIA**
CASA DI CURA PRIVATA

VIA FLAMINIA
NUOVA, 280
Tel. **06.36.797.560**

**VILLA
SALARIA
HOSPITAL**
CASA DI CURA PRIVATA

VIA FILIPPO
A. GUALTERIO, 127
Tel. **06.88.700.41**

Sport e nutrizione



*Protocollo medico nutrizionale
esclusivo dello studio Frontis*

frutto di oltre 25 anni di esperienza

**Test innovativi per lo
screening metabolico
per sportivi e non solo**

Win Food
Strumento sofisticato
per le diete
personalizzate



FRONTIS

Via dei Prati Fiscali, 215 Tel. 06.88640002 - info@frontis.it



TIM



il Mercatino
del Cellulare

Via Franco Sacchetti, 25 - Tel./Fax 06.82059252
www.mercatinodelcellulare.it



RIVERSAMENTO SU DVD DI:

VHS - VHS/C

VIDEO 8 - Hi8

MINI DV

PELLICOLE 8MM - SUPER8

RIVERSAMENTO IN MPEG:

SU PENNETTA USB O HARD

DISK (4 GB OGNI 60 MINUTI DI
FILE)

DIGITALIZZAZIONE

DIAPOSITIVE

DIGITALIZZAZIONE AUDIO

DA MUSICASSETTA

NON LASCIARE CHE IL TEMPO CANCELLI I TUOI RICORDI



Mercatino del Cellulare

SMARTPHONE TABLET PC

VENDITA USATO

VENDITA NUOVO
E ACCESSORI ORIGINALI

PERMUTE / ASSISTENZA
RIPARAZIONI AL MINUTO

Zona Talenti : Via F. Sacchetti 25 - Tel. 06.82059252

E-mail: ilmercatinotalenti@gmail.com



Whatsapp: 339 4653345



PALESTRA *Azzurra*

SOCIETÀ
SPORTIVA
DILETTANTISTICA

POSTURALE
PILATES
MEZIERES
YOGA

TONIFICAZIONE
AEROBICA
MACUMBA
FUNZIONALE

PREPUGILISTICA
KICK BOXING RAGAZZI
KARATE BAMBINI

SALA PESI
CON ISTRUTTORI
E ALLENAMENTI
PERSONALIZZATI

**PROVA
GRATUITA**

VIA PIAN DI SCO, 22 00139
TEL 06 79 78 50 75



PALESTRE



PERSONAL TRAINING E CORSI FITNESS

FIT CLUB
SALARIO

YOGA
POSTURALE
PILATES
FUNZIONALE
GLUTES
TOTAL BODY
FUNZIONALE AL PARCO

VIENI A TROVARCI IN VIA CINIGIANO 26
WHATSAPP 3482901724



CLUBNOMENTANO

LA SCELTA CHE NON LIMITA

**TENNIS CALCETTO,
PADEL CENTRO ESTIVO**

06 86 80 1888 / 329 493 9804

clubnomentano@gmail.com



Scuola di Tennis e Nuoto • Campi tennis al coperto e scoperto in terra rossa
Campi da Padel • Campi di calcetto • Palestra / Fitness / Area benessere
Bar e ristorante interno / esterno

PISCINE INVERNALI ED ESTIVE

06 86 80 2476 wellnessclubnomentano@gmail.com



CENTRO FITNESS, ACQUA GYM, BABY NUOTO, AREA BENESSERE E SPA, ESTETICA, IDROKINESI

Viale Kant 312, 00156 Roma

Viale Rousseau 124, 00137 Roma

06 82 05 9424 - 329 844 84 80 wellnessclubnomentano@gmail.com

PALESTRE

23REVOLUTION

p.zza Baldini A., 23 Tel. 335.649246

3A FITNESS (Personal Trainer)

via Pacchiarotti G., 92 Tel. 328.9639663

AF LAB (Personal trainer)

via Nomentana, 575 Tel. 324.5488809

ANTE FITNESS (Personal trainer)

via Val Maggia, 160 Tel. 380.7288337

ATHLON CLUB 4.0

Via Ugo Ojetti, 134 desk@athlonroma.it

AZZURRA

via Pian di Scò, 22

Tel. 06.79785075



BIG

via d. Bufalotta, 288 Tel. 06.87235332

BODY TECH

via Talli V., 150 Tel. 06.8815102

CROSSFIT TALENTI

via Romagnoli E., 21 Tel. 338.4059051

EAGLE

via Agliana, 26 Tel. 06.95223084

FIT AND GO

via della Bufalotta, 178 Tel. 06.94833528

FIT CLUB SALARIO

via Cinigiano, 26 Tel. 348.2901724

FITNESS FUN

via Mugello, 42 Tel. 06.39375765

FUSCO FITNESS

(Personal trainer)

l.go Visconti L., 20 Tel. 3495305189

GARDEN GYM

via Conca d'Oro, 352 Tel. 06.88329938

ICON

via Capuana L., 162 Tel. 06.86899985

via Della Seta U., 49 Tel. 06.87131518



**CORSI DI BALLO
FITNESS
ARTI MARZIALI
DIFESA PERSONALE**

**VIA CONCA D'ORO, 352
TEL. 06 88329938**

4 zampe in vasca

Toeletta



Piazzale Jonio 14
info line 349 3906767

PALESTRE

LA PALESTRA FITNESS CLUB

via Sacchetti F., 88 Tel. 06.87148129

LYBRA

via Trissino G., 10c Tel. 366.1738075

MAXIMO

via di Casal Boccone, 283 Tel. 351.8776579

NONSOLOSPORT

via delle Egadi, 18 Tel. 392.7049689

NUOVA ERAKLES

via della Bufalotta, 23 Tel. 06.8861849

OLIMPIA A.S.D.

via Nomentana, 643 Tel. 06.86899375

PALESTRA POPOLARE COLLE SALARIO

Largo M. Giusto, 14 Tel. 338.5447629

PALESTRA POPOLARE VALERIO VERBANO

Via delle Isole Curzolane, 131,

SALARIA SPORT VILLAGE

via S. Gaggio, 5

Tel. 06.24404811

www.salariavillage.it

SO BEAUTY & SO STRONG (Personal Trainer)

via Melbourne, 41/43 Tel. 391.4761081

SPORT CONDITIONING STUDIO A.S.D. (Personal Trainer)

via Valdinievole, 9/A Tel. 06.87190074



AGOPUNTURA CLINICA

DR. FILIPPO DE CATALDO



MAIL: [FILIPPO.DECATALDO@GMAIL.COM](mailto:filippo.decataldo@gmail.com)

infoline: 346.2372042

 **FitAndGo**

**MIGLIORA LE TUE
PERFORMANCE A PADEL
PROVA L'ALLENAMENTO
DEL FUTURO!**

TI ALLENI IN SOLI 20 MINUTI
CON LE MIGLIORI TECNOLOGIE
E PERSONAL TRAINER DEDICATO

RICHIEDI IL PROTOCOLLO PADEL

FIT AND GO BUFALOTTA

VIA DELLA BUFALOTTA, 178 • 0694833528 • ROMABUFALOTTA@FITANDGO.IT



EUCHEIROS

Studio Medico di Silvio Rossi

**IN BUONE MANI, DEL CHIRURGO E DEL FISIOTERAPISTA.
AFFIDATI A BUONE MANI PER LA TUA RIABILITAZIONE.**

I NOSTRI SERVIZI

VISITE ORTOPEDICHE

Trattamenti medici

- Terapie antalgiche (ortopediche e traumatologiche)
- Infiltrazioni di collagene idrolizzato
- Infiltrazioni di acido ialuronico
- Infiltrazioni di monociti (medicina rigenerativa)
- Onde d'urto focali

Prestazioni Fisiocinesiterapiche

Terapie strumentali

- Tecar terapia
- Laser terapia
- Terapia vibrazionale
- ENF (Elettro Neuro Feedback)
- CTU Pompa Diamagnetica

Terapie manuali

- Kinesi Attiva e Passiva
- Terapia manipolativa

Riabilitazione

- Riabilitazione ortopedica
- Riabilitazione posturale
- Ginnastica propriocettiva
- Pre/post intervento
- Recupero patologie
- Preparazione/Prevenzione/Recupero atletico
- Stretching
- Rieducazione Posturale Globale

Massoterapia

- Massaggio terapeutico
- Massaggio generale
- Linfodrenaggio manuale

Valutazioni

- Esame baropodometrico

Ausili

- Plantari
- Bendaggio funzionale

LE NOSTRE SEDI

EUCHEIROS BELOTTI

Piazza Bortolo Belotti, 7/8
00139 Roma
T. 06 9818 0577
M. 346 110 4772
E-mail: belotti@eucheiros.it

EUCHEIROS LANCIANI

Via Costantino Corvisieri, 23/25
00162 Roma
T. 06 8766 9179
M. 340 002 7692
E-mail: lanciani@eucheiros.it

EUCHEIROS ANGELICO

Viale Angelico, 38
00195 Roma
T. 06 6942 7036
M. 334 914 5582
E-mail: angelico@eucheiros.it



PALESTRE

SPORT VILLAGE

Via Emilio Zago 1
Tel. 06.87133664

STUDIO NUOVO SALARIO

(Personal Trainer)

via Valmarana G., 75 Tel. 338.3665270

UNIVERSAL GYM

p.zza Monte Baldo, 14 A

Tel. 06.8181389

VIRGIN ACTIVE

via Martino G.B., 19 - via Niccodemi D., 75

Tel. 800.914555

WYKI GYM

via Silvani A., 45

Tel. 06.8120072

WOW - LES FEMMES (Femminile)

v.le Adriatico, 93

Tel. 392.1914353

WikiGym



Personal trainer
Programmi di allenamento
personalizzati



Via Val Maggia, 160 (Conca d'Oro)

Tel. 380 7288337

marconati90@gmail.com



FITNESS A.S.D.



PILATES-FUNCTIONAL-PERSONAL TRAINER-DIMAGRIMENTO-POSTURALE



WWW.3AFITNESS.IT



Via G. Pacchiarotti 90 3289639663 3astudiofitness@gmail.com

TIBER BASKET

La storia siamo noi



Una società nata presso la parrocchia di S. Crisostomo nel 1967, ancora oggi punto di riferimento della pallacanestro e del minibasket

“**L**a storia siamo noi”, così comincia una tra le più belle canzoni di Francesco De Gregori. Con un pizzico di superbia l’abbiamo usata come simbolo di quello che rappresenta oggi la Tiber nel panorama cestistico romano.

Settembre 1967: Maurizio Polidori si aggira negli uffici della Parrocchia San Giovanni Crisostomo, quartiere Monte Sacro Alto, con l’intento di parlare con il parroco Don Severino: vuole mettere in piedi una squadretta di pallacanestro e vuole iniziare la carriera di allenatore. Don Severino lo ascolta, chiama a raccolta i ragazzi della Parrocchia e dà appuntamento per il martedì successivo.

Rispondono alla chiamata: Fabio, Ettore, Luigi, Paolo, Arturo, Salvatore, Stefano, Massimiliano, Claudio, Massimo, Piero, Bruno, giovanotti tra i 12 e i 14 anni che fino ad allora avevano solo giocato a pallone o a tennis.

Rispondono alla chiamata anche i signori Donati, Volterra, Carducci, Costa, Coniglio, genitori o amici che investono un po’ di soldi per comprare palloni, magliette e tute da gioco.

Inizia così l’avventura della S.G.C. (San Giovanni Crisostomo) poi diventata Tiber (prendendo spunto dal biondo Tevere).

La storia della Tiber parte dal primo campionato Cadetti CSI, prosegue con i successivi campionati giovanili FIP fino alla avventura di Azzurra in B1 e poi al ritorno alla serie C con il nome originario Tiber, e arriva fino ai giorni nostri con la prima squadra in Serie C, un settore di mini-



basket unico a Roma e un settore giovanile con squadre che periodicamente stanno ai vertici nazionali nei campionati nazionali.

Più di 55 anni di sport, con incluse le passioni, le gioie, le delusioni, le amicizie trovate e poi perdute, gli amori, le tragedie, e i sani litigi, di vita sana e spassionata, tra difficoltà e partecipazione: questa è la Tiber Basket Roma.

Stagione Sportiva 2023-24:

Minibasket, Esordienti, U13, U14, U15, U17 GOLD, U17 ECCELLENZA, 19 GOLD, U19 ECCELLENZA, SERIE C

dove siamo:

PALADONATI,

Via Clelia Bertini Attilj, 45,
Montesacro Alto

segreteria: 06 8680 0138

email: info@ustiberbasket.it

U. S. Tiber Basket Roma (Facebook)
tiber_basket_roma (Instagram)

PALLACANESTRO MINIBASKET

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)
Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it
BASKET VALSUGANA (C. Sport. Municipale)
Via Papini G., 36 Tel. 06.87135541
DON BOSCO ASD
Via Cocco Ortu F., 77 Tel. 329.4147322
GAUSS BASKET
Via della Bufalotta, 556 Tel. 06.24305331
G.B. VICO ASS. POI. DILETT. (C. Municipale)
Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it
INSIEME PER FARE
via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374
MONTESACRO ASD (Centro sport. Municipale)
Via Fucini R., 265 Tel. 347.6613605
PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)
Via Bandello M., destradisangelo@gmail.com
SALGEN PSG Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771
SANTA LUCIA BASKET
Via Pasquariello G., 27 Tel. 347.3902842
SCUOLA SPORTIVA DIL (C. Municipale)
Via Serassi, 7 cesari.a@tiscali.it
SEMPIONE ADP (Centro sport. Municipale)
Viale Jonio, 206H info.sempione@gmail.com
SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)
Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com
SIRIO APD (Centro sport. Municipale)
Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com
TIBER BASKET
Via Bertini Attilj C., 45 Tel. 06.86800138



**PALLACANESTRO MINIBASKET
PALLAVOLO MINIVOLLEY
GINNASTICA ARTISTICA**

**INFOLINE 349 233 5518
basketvalsugana.it
via Giovanni Papini, 36**



ASD
DIAMOND
ROMA PALLAVOLO



via **GRAN PARADISO 85, ROMA**

M B1 JONIO

L'A.S.D. Diamond Roma Pallavolo nasce il primo settembre 1975 da un'idea di Stefano Ranieri, attuale Presidente della società, e rappresenta una delle realtà pallavolistiche più radicate del III Municipio. Ad oggi supera le 5000 atlete tesserate e le 6000 partite nei vari campionati della FIPAV e degli enti di promozione sportiva come il CSI, lo CSEN, il PGS e lo UISP.

SERIE D · UNDER 12-13-14 · UNDER 16 ÉLITE

II E III DIVISIONE FIPAV · AMATORI MISTA

MINIVOLLEY

PER BAMBINE
7-10 ANNI



MICROVOLLEY

PER BAMBINE
3-6 ANNI

PRESIDENTE STEFANO RANIERI - CELL. +39 3383107708



CONI

WWW.DIAMONDROMAPALLAVOLO.IT

PALLAVOLO

BARRILI ASD (Centro sport. Municipale)
Via Alvaro C., 25 asdgsbarrili@pec.it
CDP FENICE
Via Monelli P., 56 Tel. 06.88642305
C VICO QUARTA ASD (Centro sport. Municipale)
Piazza Filattiera, 84 asdvicoquarta.roma@tiscali.it
DIAMOND ROMA (Centro sport. Municipale)
Via Monte Ruggero, 39 info@diamondpallavolo.it
DON BOSCO ASD Via Cocco Ortu F., 77 Tel.
329.4147322
G.B. VICO ASS. POLISP. DILETT.
(Centro sport. Municipale)
Via Mauri A., 5 vicver@hotmail.it
INSIEME PER FARE
via Pelagosa, 3 Tel. 06.8185374
MAJORANA A.S.D. POLISP.
(Centro sport. Municipale)
Piazza Minucciano, 33 marco-volpato@libero.it
MONTESACRO ASD (Centro sport. Municipale)
Via Fucini R., 265 Tel. 349.2891996
MOOVIMENTO APD
Via della Cecchina, 20 Tel. 348.9067763
NOBEL POLISPORTIVA (Centro sport. Municipale)
Via Rio nell'Elba, 145 Tel. 339.7278112
PIVA A.D.P. (Centro Sport. Municipale)
Via Bandello M., snc destradisangelo@gmail.com
POLISP. RINASCITA (C. Municipale, anche disabili)
Via Svevo I., snc michele.barillari@alice.it
SALGEN PSG
Via Morrone M., 25 Tel. 06.87200771



SCUOLA SPORTIVA DIL
(Centro sport. Municipale)
Via Serassi, 7 cesari.a@tiscali.it
SEMPIONE ADP (Centro sport. Municipale)
Viale Jonio, 206H info.sempione@gmail.com
SERPENTARA ASD (Centro sport. Municipale)
Via Perazzi C., 46 info.serpentara@gmail.com
SIRIO APD (Centro sport. Municipale)
Via Serrapetrona, 121 asdsirio2017@gmail.com
SPORT A SCUOLA MAGNANI (C. sport. Municipale)
Via Val Maggia, 21 p.mascari@libero.it
SPORT A SCUOLA J. PIAGET (Centro s.)
Via Russolillo., 64 presidenteroma@ascsport.it



MOOVIMENTO APD

PALLAVOLO ROMA

X



**PROVA
GRATIS**

Minivolley

Pallavolo femminile
Under 14 | 16 | 18

Pallavolo Agonistica
Maschile

Pallavolo Agonistica
Femminile

Zumba e tanto altro

**UNISCITI AI
MIGLIORI!**

**CONTATTACI
SUBITO**

+39 348 906 7763
INFO@MOOVIMENTOAPD.IT



ESCOBRILLO

PIZZA E CUCINA

PARTNER UFFICIALE

WWW.MOOVIMENTOAPD.IT

UNISCITI A NOI, VIVI IL SOGNO!



FENICE ROMA PALLAVOLO

**CAMPIONATI NAZIONALI E REGIONALI
PALLAVOLO GIOVANILE DAI 6 AI 19 ANNI
FEMMINILE E MASCHILE**



FEDERAZIONE
ITALIANA
PALLAVOLO



**WWW.CDPFENICE.IT
324.9961591**

CORSI DI PATTINAGGIO SU GHIACCIO

PRINCIPIANTI - PREAGONISMO - AGONISMO
PATTINAGGIO SINCRONIZZATO

PER TUTTE LE ETÀ

DAL LUNEDÌ AL SABATO
DA SETTEMBRE A GIUGNO

...e tutti i

VENERDÌ
SABATO
DOMENICA

PATTINAGGIO LIBERO

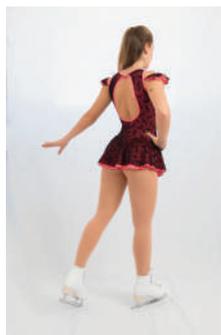


VIA NOMENTANA - 1070
06/8274201 - 3701210492
ICE@SPORTINGCLUBPANDA.IT



PATTINAGGIO

Le origini del pattinaggio su ghiaccio



Il pattinaggio su ghiaccio nasce nel 3000 a.c. nei paesi scandinavi quando apparvero i primo modelli ai piedi dei Vichinghi, rudimentali e composti da lame di osso di animale che venivano legati alle calzature con delle corde.

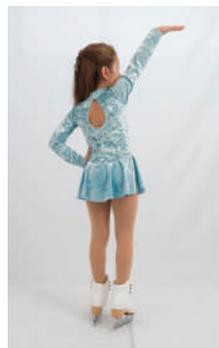
PATTINI COME MEZZI DI TRASPORTO

Nei paesi del Nord venivano sfruttati come metodo di trasporto. Le popolazioni li usavano per necessita di muoversi su laghi fiumi e canali con uno strato di ghiaccio abbastanza spesso da sostenere il peso di una persona. Utilizzati in Olanda, a partire dall'800, pattini e

attività furono diffusi presso i nobili britannici grazie al figlio del Re inglese Carlo II, in esilio nei Paesi Bassi, di ritorno in madrepatria.

GLI ANTICHI PATTINI

Mentre si pattinava veniva usato anche un bastone con cui ci si aiutava a scivolare e a mantenere l'equilibrio, dato che gli ossi (il legno venne usato a partire dal 1300) di certo avevano un difficile attrito e non scorrevano facilmente, come accade oggi che indossiamo scarponcini con lame di metallo incorporate.



Pista di ghiaccio a Porta di Roma

Come ogni anno la piazza esterna, quella solitamente adibita a concerti ed eventi variegati, si trasforma in una magica pista di ghiaccio.



I benefici della boxe

Qualcuno si chiede: cosa ti insegna la boxe? I benefici di questa disciplina non sono pochi: al di là dei risultati fisici, riscontrabili in una muscolatura tonica e in un corpo scolpito e asciutto, questo sport aiuta a migliorare la coordinazione dei movimenti e a renderli più armonici. Inoltre, fa molto bene al sistema cardio-respiratorio, perché combina lo sforzo aerobico con l'attività anaerobica. Ma soprattutto la boxe comporta dei vantaggi per la mente. È un ottimo antistress, che ti consente di scaricare le tensioni accumulate durante la giornata, aumenta la fiducia in se stessi e ti insegna cosa siano il rispetto e il sacrificio. Se presa nel modo giusto, quindi, la boxe ti educa a vivere meglio.

ATTILIO VOLPE BOXE ASD

Via Montaione, 15

Tel. 329.8889013

EAGLE

via Agliana, 26 Tel. 06.95223084

MONTESACRO BOXE ACADEMY

Via Vigne Nuove, 469 Tel. 06.87137004

PALESTRA POPOLARE COLLE SALARIO

Largo M. Giusto, 14

Tel. 338.5447629

PAL. POPOLARE V. VERBANO

(Kick boxing)

Via delle Isole Curzolane, 131,

SPORT VILLAGE

Via Emilio Zago 1 Tel. 06.87133664

TALENTI BOXE

Via Carrer L., 45 Tel. 06.87133127

UNIVERSAL GYM

(Kick boxing)

p.zza Monte Baldo, 14 A Tel. 06.8181389



RUGBY



SIAMO LA PRIMA SOCIETA' DI RUGBY NEL III MUNICIPIO

VIENI A PROVARE IL RUGBY

OPEN DAYS E ALLENAMENTI PROVA TUTTO SETTEMBRE



MINI RUGBY
NATI 2020 - 2012

RUGBY JUNIORES
NATI 2010 - 2005

 Stadio dei Ferrovieri - Via di Villa Spada 64
info e richieste **GIADA 349.4526903 FRANCO 339.3494772**

MOTOSCUOLA **puntoguida**

PATENTI A2 - A

**ESTENSIONE CON ESAME DI GUIDA
ACCESSO GRADUALE SENZA ESAME DI GUIDA**



LEZIONI ED ESAMI DI GUIDA

PISTA TALENTI

**V.le Ave Ninchi snc
(Via U. Ojetti - Via Casal Boccone)**

www.autoclubpuntoguida.it

INFO - PRENOTA ESAME 345.2568160

ISTRUTTORE RICCARDO 338.6274650

ASPETTI POSITIVI

Insegna i valori di un combattimento dignitoso: salute all'avversario e all'arbitro, nessun corpo a corpo, nessuna violenza volontaria, nessuna violazione dello spirito sportivo, nessun comportamento pericoloso, nessuna scappatoia...

Aiuta a mantenere la corretta posizione, agendo contro i disturbi posturali che possono causare il mal di schiena. Migliora la concentrazione, la coordinazione, i riflessi e la reattività. È un allenamento per il sistema cardiovascolare. Aiuta a tonificare i muscoli, migliorandone la resistenza e l'agilità. E dal punto di vista valoriale e formativo, è uno sport che insegna a perseguire la strada verso l'obiettivo della vittoria ma anche a saper perdere

ACCADEMIA ROMANA D'ARMI

Via Sarandi, 1

Tel. 328.7135807

LAME TRICOLORI

Via Gaiole in Chianti, 371.4167587

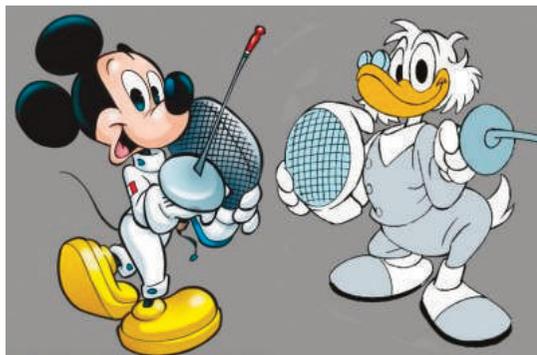
PALESTRA POPOLARE COLLE SALARIO

Largo M. San Giusto, 14 Tel. 338.5447629

ROMA FENCING

Via Festa N., 65

Tel. 06.98931471



PICA FABBRO

riparazioni a domicilio



**INFISSI IN ALLUMINIO - PORTE BLINDATE
INFERRIATE E PERSIANE DI SICUREZZA
SERRATURE CON CILINDRO EUROPEO
AVVOLGIBILI PVC E ALLUMINIO**

Via Monte Bianco, 43 - Tel. 06.8177739

Cell. 328.8389036 - 328.7687548



CIRCOLO SPORTIVO
ITALIA

IL MEGLIO DELLO SPORT

*TENNIS ACADEMY / A.S.ROMA ACADEMY
/ PADDLE / GYM TEAM ACADEMY*

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA - VIA DELLA BUFALOTTA 120 - 00139 ROMA TEL. 06/87189350 - SEGRETERIA@CIRCOLOSPORTIVOITALIA.IT

TENNIS

CIRCOLO SPORTIVO ITALIA

Via della Bufalotta, 120

Tel. 06.87189350

CLUB NOMETANO

Viale Rousseau, 124 Tel. 329.4939804

COSMOS

via Nomentana, 858 Tel. 06.8272672

NEW GREEN HILL

Via della Bufalotta, 663

Tel. 06.87133810

PANDA SPORTING CLUB

Via Nomentana, 1070

Tel. 06.8274201

info@sportingclubpanda.it

www.sportingclubpanda.it

VALENTINI

Via della Marcigliana, 592

Tel. 06.87120207





SCUOLA TENNIS

COSMOS

Minitennis
Avviamento
Perfezionamento
Specializzazione

**Corsi serali
adulti**

Campi coperti
riscaldati

GADGET IN OMAGGIO CON L'ISCRIZIONE

Per informazioni:
Alessio Bisio 3382036711
(Maestro Nazionale)
Massimo Noia 3474314704
(Istruttore 2° Grado)
Federica Mazzolini 3887908457
(Preparatore Fisico e Istruttore di 1° grado)



@scuolatenniscosmos



Scuola tennis cosmos



Zona Telerevi Monteverde
Via Nomentana 1538

**QUALCOSA NON TI TORNA SU QUANTO STAI PAGANDO
O HAI FINITO DI PAGARE ALLA BANCA
PER IL MUTUO DELLA TUA CASA, NEGOZIO O UFFICIO?**

Il mensile *La Quarta* è lieta di presentare



*“Difendersi dall’altalena
dei tassi bancari
anche per i mutui
estinti entro 10 anni”*



La maggior parte degli Istituti di credito applica ancora interessi illegittimi su mutui, contratti di finanziamento, cessioni del 1/5 dello stipendio, contratti di leasing etc., ciò comportando il superamento del tasso soglia.

La Legge e la giurisprudenza hanno però affermato che in tal caso la banca è tenuta a restituire gli interessi al cliente, parzialmente o totalmente.

**PENSI CHE LA TUA RATA SIA TROPPO ALTA?
PENSI DI PAGARE TROPPI INTERESSI?**

Adesso finalmente puoi difenderti, grazie alla preanalisi gratuita della tua posizione elaborata dai nostri esperti, con cui stabilire la correttezza o meno del tasso applicato e quantificare l’eventuale diritto alla restituzione di quanto pagato in eccesso.



Per informazioni e chiarimenti

Whatsapp 340 6354530 - 339 3644054
redazionequarta@virgilio.it - segreteria@studiolegalelp.it

In collaborazione con
Studio Legale Lima - Zega & Partners

È un’iniziativa de



In collaborazione con
STUDIO LEGALE
LIMA-ZEGA & PARTNERS

Traslochi Nazionali ed Internazionali



Specializzata per abitazioni, uffici, archivi, ambasciate ed enti pubblici

Piattaforma aerea da 34 metri



CUSTODIA MOBILI IN BOX

Servizio rapido per i piccoli trasporti cittadini

Servizio attivo 24 ore su 24

Noleggio e servizio con piattaforma aerea

- Smontaggio e rimontaggio
- Disponiamo di sponda
- Servizio container
- Idraulica e gru
- Sdoganamento

Imballaggi speciali

PREVENTIVI GRATUITI

SS17 Nucleo Industriale Pizzoli (AG)

Tel. 338 1602326
338 6970469

Piazza Sempione, 19/A
Tel. 06 86899366 r.a. - Tel./Fax 06 86899362

info@frecciatraslochi.com

ABBINAMENTO SETTIMANALE PER NORD E SUD ITALIA, SICILIA E SARDEGNA

TIRO CON L'ARCO



L'ASD Arcieri Sagittario
si trova in via di Villa Spada, 62
segreteria.asd.sagittario.roma@gmail.com

Giovanissimi (maschile e femminile): da 9 a 12 anni
Ragazzi (maschile e femminile): da 14 a 16 anni
Allievi (maschile e femminile): da 17 a 20 anni
Juniores (maschile e femminile): dai 21 anni
Seniores (maschile e femminile): da 49 anni
Master (maschile e femminile): dai 50 anni in poi

ABBIGLIAMENTO CASUAL SPORTIVO



LA SFINGE JEANS & casual

Viale Adriatico, 10 - 10A

Tel. 06 8173217

info@lasfingejeans.it



ABBIGLIAMENTO E ARTICOLI SPORTIVI

ARTÈ

via Apiro, 86 Tel. 389 441 0679

CAM SPORT EVOLUTION

via Sacchetti F., 137/139 Tel. 06.87201515

CISALFA SPORT

via Monte Cervialto, 119 Tel. 06. 8105911

DECATHLON

via Centro comm Porta di Roma Tel. 06.87074316

FACO SPORT

I.goElmo C., 12 Tel. 06.88522481

IL CORRIDORE

via dei Prati Fiscali, 172/174 Tel. 06.45421712

IPPOLANDIA

Via Ludovico Di Breme, 65 Tel. 06 86322122

JOVINE DANCE

via Apiro, 74/76 Tel. 06.87133639

LA SFINGE

v.le Adriatico, 6/12 Tel. 06.8173217

MACRON

via di Settebagni, 742 Tel. 06.94354700

MARACANA'

via Seggiano, 49/51 Tel. 06.8123919

STOCK & SPORT

via Monte Rocchetta, 1/7 Tel. 06.8177608

TENNIS

via Celi A., 22 Tel. 06.89527459

TENNIS POINT

via Val Maira, 14 Tel. 06.8120021

VIPA via Fogazzaro A., 99/103 Tel. 06.86897700

WASP - www.waspstore.com

v.le Tirreno, 20 Tel. 06.8171381

WELLNESS

via della Bufalotta, 266 Tel. 06.87201078

Porta e acquista tutto il tuo sport
Abbigliamento, articoli sportivi e attrezzi



PORTA DI ROMA NUOVO SALARIO
Piazza Filattiera-Via Agliana, 26

Tel. 06 88809430  **331 4017038**
portadiroma.mercatinousato.com • seguici su  



Via della Bufalotta, 556
Tel. 06 24305331
info@istitutogauss.it

LICEO SCIENTIFICO SPORTIVO

WWW.COMPLESSOSCOLASTICOGAUSS.IT

Le associazioni sportive che vogliono essere inserite con un loro spazio per la prossima edizione del **TUTTOQUARTIERE SPORT** possono prenotarsi al

340 6354530

o inviarmi una mail a redazionequarta@yahoo.it

Ci scusiamo per eventuali omissioni o imprecisioni

La guida è disponibile anche scaricandola su

www.montesacronews.it



Direzione editoriale: La Quarta srls
Stampa e all'estimato: Tecnostampa Sutri
Supplemento del mensile La Quarta

UDILIFE

LA DIFFERENZA SI SENTE

SENTIRE BENE PER VIVERE BENE

Via Val di Cogne, 40 - 00141 Roma

TEL. 06.88812301

P.zza dell'Alberone, 40 - 00189 Roma

TEL.06.98240091



**Vendita e assistenza apparecchi acustici
di tutte le marche**

Visite anche a domicilio

Convenzionato con ASL e INAIL

www.udilife.it



Numero Verde gratuito

800.969842

TRAUMI SPORTIVI?

CENTRO DI TRAUMATOLOGIA SPORTIVA LA RISPOSTA RAPIDA IN CASO DI TRAUMA

**AFFIDATI SUBITO
AI NOSTRI SPECIALISTI
7 GIORNI SU 7**

CHIAMA IL NUMERO

06 88 70 041

SCEGLI IL TASTO 1 PER PARLARE
DIRETTAMENTE CON NOI

Il Gruppo Villa Claudia ha attivato un Servizio di Assistenza Traumatologica H24 con staff qualificato, composto da medici, fisiatristi, fisioterapisti ed anestesisti a disposizione 24 ore su 24 e 7 giorni su 7.

Prima avviene l'intervento mirato alla gestione del trauma, prima avverrà il recupero fisico e dunque la ripresa della propria attività sportiva!

Il paziente, che sfortunatamente subisce un infortunio sul campo, può contattare anche in urgenza le nostre strutture per:

- svolgere una visita con ortopedici specialisti in traumatologia dello sport;
- eseguire esami diagnostici: dalla radiografia all'ecografia, dalla risonanza magnetica alla TC;
- eseguire immobilizzazione articolari attraverso tutori statici e dinamici, gessi e gessi di ultima generazione stampati in 3D;
- svolgere trattamenti riabilitativi;
- svolgere trattamenti di medicina rigenerativa e ozonoterapia.



**NUOVA
VILLA
CLAUDIA®**
CASA DI CURA PRIVATA

VIA FLAMINIA
NUOVA, 280
Tel. **06.36.797.560**

**VILLA
SALARIA
HOSPITAL®**
CASA DI CURA PRIVATA

VIA FILIPPO
A. GUALTERIO, 127
Tel. **06.88.700.41**

WWW.GRUPPOVILLACLAUDIA.IT