



CAMP '26

MICRO

Attività sportive idonee all'età:
nuoto, tennis, basket, attività motorie e specifiche
per la scuola materna.

MULTI

Attività sportive suddivise nelle seguenti discipline:
nuoto, pallanuoto, tuffi, canottaggio, tennis, basket,
pallamano, atletica, pallavolo.

MAXI

Un'opportunità di vivere gli sport Canottieri:
mondo acqua, canottaggio, canoa, SUP, basket,
tennis, skateboard.

3 sport al giorno, praticati in modo intensivo.



MICRO MULTI MAXI

NEI NOSTRI CAMP I RAGAZZI DAI 4 AI 14 ANNI AVRANNO LA
POSSIBILITA' DI VIVERE ALL'ARIA APERTA, CONOSCERE
NUOVI AMICI E PRATICARE ATTIVITA' SPORTIVE.

COME MI ISCRIVO?

In segreteria aperta nei seguenti orari:

lun-gio 08:00-21:00, ven 08:00-20:00, sab 08:00-17:00 e domenica 09:00-17:00.

Dai 6 anni è necessario presentare un certificato medico che attesti l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica.

E' possibile effettuare la visita medica in sede previa prenotazione telefonica.

Verrà richiesta una caparra di 100€/settimana.

PER CONFERMARE L'ISCRIZIONE È NECESSARIO VERSARE IL SALDO ENTRO 14 GIORNI PRIMA DELL'INIZIO DEL CAMP O NON SARÀ GARANTITO IL POSTO.

I COSTI COMPREDONO

Pranzo (primo, secondo, contorno, frutta/dolce) e merenda.

Maglietta, cappellino, zainetto.

MATERIALE DA PORTARE PER ATTIVITA'

Ciabatte, costume, cuffia, asciugamano/accappatoio, scarpe da ginnastica e racchetta da tennis (per chi ne fosse in possesso).

Si raccomanda un abbigliamento idoneo all'attività sportiva.

RINUNCIA

In caso di rinuncia verrà trattenuta la sola caparra solo se la richiesta verrà formalizzata via email entro e non oltre 7 giorni prima della settimana prenotata.

Dopo tale data verrà trattenuto l'intero importo versato.

INTOLLERANZE e ALLERGIE

Si prega di segnalare al momento dell'iscrizione eventuali intolleranze alimentari e/o allergie di qualsiasi genere.



CANOTTIERI MILANO ASD
Alzaia Naviglio Grande 160, 20144 Milano



0248952364 www.canottierimilano.it - info@canottierimilano.it



CORSI ESTIVI

2026


CANOTTIERI MILANO ASD

nuoto
canoa
tuffi
canottaggio
sup



CANOTTIERI MILANO ASD

ALZAIA NAVIGLIO GRANDE 160, 20144 MILANO

  **0248952364**

WWW.CANOTTIERIMILANO.IT -
INFO@CANOTTIERIMILANO.IT



TUFFI ADULTI

2026

DAL 13 GIUGNO AL 25 LUGLIO*

SABATO 11:30

IL CORSO È LA CONTINUAZIONE DEL CORSO INVERNALE DELLA STAGIONE 25/26.
L'ISCRIZIONE È CONSENTITA A CHI HA GIÀ PARTECIPATO DA OTTOBRE 2025 A MAGGIO 2026.

MASSIMO 16 ISCRITTI

costo

**Sabato
11:30-13:00**

€ 130

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



TUFFI RAGAZZI

2026

DAL 3 GIUGNO AL 27 LUGLIO*

LUNEDÌ E MERCOLEDÌ 17:00

**IL CORSO È LA CONTINUAZIONE DEL PERCORSO
INVERNALE DELLA STAGIONE 25/26.
L'ISCRIZIONE È CONSENTITA A CHI HA GIÀ PARTECIPATO
DA OTTOBRE 2025 A MAGGIO 2026.**

CORSO PER RAGAZZI E RAGAZZE DEGLI ANNI 2010-2020

	giugno o luglio	giugno e luglio
mono	€ 92	€ 148
bisett.	€ 148	€ 232

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



NUOTO ADULTI

2026

DAL 3 GIUGNO AL 28 LUGLIO*

**LUNEDI' 19:30
MARTEDI' 7:30-13:00
MERCOLEDI' 19:30
GIOVEDI' 7:30-13:00**

**i corsi del lunedì e mercoledì
saranno sui 22 mt,
mentre negli altri giorni su 50 mt**

	giugno o luglio	giugno e luglio
mono	€ 92	€ 148
bisett.	€ 148	€ 232

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



NUOTO MASTER

2026

DAL 3 GIUGNO AL 29 LUGLIO*

LUNEDI' 13:00

MERCOLEDI' 13:00

VENERDI' 13:00

IL CORSO E' LA CONTINUAZIONE DEL PERCORSO INVERNALE DELLA STAGIONE 2025-26

**OGNI LEZIONE AVRA' DURATA DI 60'
RISERVATO AI SOLO PARTECIPANTI
AL CORSO MASTER 2025-26**

	costo
soci	€170
non soci	€ 295

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**



CANOTTAGGIO RAGAZZI

2026

DAL 10 GIUGNO AL 27 LUGLIO*

LUNEDI' 16:30

MERCOLEDI' 16:30

**CORSO INTRODUTTIVO E DI PERFEZIONAMENTO AL CANOTTAGGIO
PER RAGAZZE/I E NATE/I NELLE
ANNATE 2008-2009-2010-2011-2012**

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 72	€ 96	€ 147
bisett.	€ 126	€ 168	€ 252

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



CANOTTAGGIO ADULTI

2026

DAL 10 GIUGNO AL 28 LUGLIO*

INTRODUZIONE

LUNEDI' 7:30-20:15

MARTEDI' 7:30-19:15

MERCOLEDI' 7:30-20:15

GIOVEDI' 7:30-19:15

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 72	€ 96	€ 147
bisett.	€ 126	€ 168	€ 252

PER CHI NON HA MAI REMATO, IL CORSO IDEALE PER APPASSIONARSI AL CANOTTAGGIO

RISVEGLIO REMANDO

LUNEDI' 7:30

MARTEDI' 7:30

MERCOLEDI' 7:30

GIOVEDI' 7:30

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 72	€ 96	€ 147
bisett.	€ 126	€ 168	€ 252

PER PRINCIPIANTI,
INTERMEDI E AVANZATI
DEI CORSI 2025-26

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



CANOTTAGGIO ADULTI

2026

DAL 10 GIUGNO AL 28 LUGLIO*

PRINCIPIANTI

LUNEDI' 19:15-21:15
MERCOLEDI' 19:15-21:15
MARTEDI' 20:15
GIOVEDI' 20:15

PER CHI ERA ISCRITTO AI
CORSI PRINCIPIANTI 2025-26

INTERMEDI

LUNEDI' 20:15
MERCOLEDI' 20:15

PER CHI ERA ISCRITTO AI
CORSI INTERMEDI 2025-26

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 72	€ 96	€ 147
bisett.	€ 126	€ 168	€ 252

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



CANOTTAGGIO ADULTI

2026

DAL 10 GIUGNO AL 28 LUGLIO *

AVANZATI

LUNEDI' 19:15
MARTEDI' 20:15
MERCOLEDI' 19:15
GIOVEDI' 20:15

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 72	€ 96	€ 147
bisett.	€ 126	€ 168	€ 252

PER CHI ERA ISCRITTO AI
CORSI AVANZATI 2025-26

AVANZATI2

LUNEDI' 7:30-20:15
MARTEDI' 7:30
MERCOLEDI' 7:30-20:15
GIOVEDI' 7:30

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 78	€ 104	€ 161
bisett.	€ 138	€ 184	€ 280

PER CHI ERA ISCRITTO AI
CORSI AVANZATI2 2025-26

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



CANOA RAGAZZI

2026

DAL 11 GIUGNO AL 27 LUGLIO*

RAGAZZI 16-18 ANNI

LUNEDI' 18:00

GIOVEDI' 18:00

**CORSO INTRODUTTIVO E DI PERFEZIONAMENTO ALLA CANOA
PER RAGAZZI E RAGAZZE NATI TRA IL 2007 E IL 2009
COMPRESI**

OGNI LEZIONE DURERA' 60 MINUTI

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 72	€ 96	€ 147
bisett.	€ 126	€ 168	€ 252

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



CANOA ADULTI

2026

DAL 11 GIUGNO AL 27 LUGLIO*

**ADULTI (19+)
LUNEDI' 19:15
GIOVEDI' 19:15**

CORSO INTRODUTTIVO E DI PERFEZIONAMENTO

AL TERMINE DEL CORSO INTRODUTTIVO, IL PARTECIPANTE SARA' IN GRADO DI RENDERSI AUTONOMO NEL PRATICARE I PADDLE SPORT IN SITUAZIONE DI ACQUA PIATTA O IN CORRENTE FINO AL SECONDO GRADO.

NEL PERFEZIONAMENTO SARANNO UTILIZZATE IMBARCAZIONI CON UN MAGGIORE GRADO DI DIFFICOLTA'.

OGNI LEZIONE DURERA' 60 MINUTI

	giugno	luglio	giug+lug
mono	€ 72	€ 96	€ 147
bisett.	€ 126	€ 168	€ 252

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



SUP

2026

DAL 3 AL 29 GIUGNO*

VENERDI' 07:30

MERCOLEDI' 19:15

**CORSO INTRODUTTIVO E DI
PERFEZIONAMENTO AL SUP.
PER CHI VUOLE IMPARARE A
PAGAIARE SULLA TAVOLA**

	GIUGNO
mono	€ 96
bisett.	€168

***IL CORSO PARTIRÀ AL RAGGIUNGIMENTO
DI ALMENO 2 ISCRITTI**

NON SONO PREVISTE LEZIONI DI RECUPERO



CORSI ESTIVI 2026

INDICAZIONI GENERALI

OBIETTIVI

Tutti i nostri corsi di avviamento allo sport sono introduttivi e propedeutici all'eventuale attività agonistica. Fedeli al modello di sport accessibile a tutti ma anche alla grande tradizione sportiva di alto livello della società.

ISTRUTTORI

I nostri istruttori sono in possesso del brevetto di istruttore/allenatore delle rispettive federazioni sportive o della laurea in Scienze Motorie.

REGOLE GENERALI ISCRIZIONE

Per i soci è previsto uno sconto del 30% su tutti i corsi. Per i non soci e nuovi iscritti al costo del corso, andranno aggiunti 25 euro annuali di tassa di iscrizione + 5 euro per la tessera.

CERTIFICATO MEDICO

All'atto dell'iscrizione è necessario presentare un certificato medico per la pratica sportiva non agonistica. E' possibile prenotare presso la nostra società una visita medica al costo di 50 euro con ECG compreso.

COMPORAMENTO

Gli iscritti ai corsi sono tenuti al rispetto del regolamento interno e comunque ad una condotta decorosa.

RINUNCIA E RIMBORSI

Non sono previsti rimborsi.

CANOTTIERI MILANO ASD
ALZAIA NAVIGLIO GRANDE 160, 20144 MILANO
WWW.CANOTTIERIMILANO.IT



0248952364 | INFO@CANOTTIERIMILANO.IT



Associandoti alla Canottieri Milano contribuirai ad uno dei più nobili obiettivi della **nostra Associazione Sportiva Dilettantistica: l'avviamento allo sport dei giovani** (art. 1 dello Statuto sociale).

Utilizzo Open (Società aperta 364 giorni l'anno dalle 7:15 alle 23:30):

Piscina Olimpionica, Palestra, Corsi Fitness, Palestra Canottaggio (in orari liberi da corsi), Tennis, Basket, Sauna, Area verde attrezzata, Area giochi, Campo Bocce, Solarium, Ristorante (con sconto 10%), Biliardo, Sala TV, Sala Eventi (gioco carte), Parcheggio Privato.

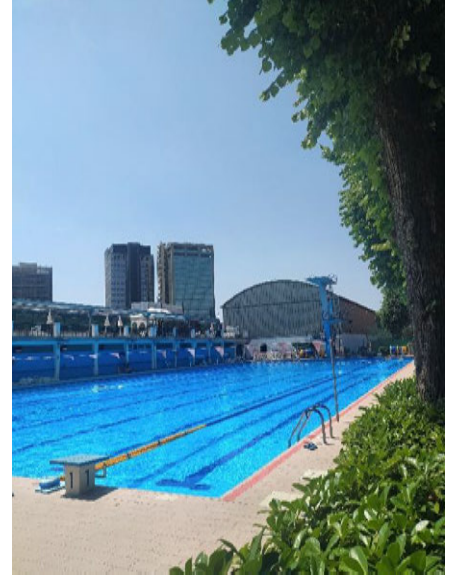
Tennis Estivo e Invernale GRATUITO, Corsi Fitness e Acqua Fitness GRATUITI e sconto 30% sui corsi sportivi per te e i tuoi figli under18!

Le quote Canottieri Milano sono da Statuto annuali 1 Gennaio-31 Dicembre, solo per la prima iscrizione vengono stabilite delle tariffe promozionali sui mesi di utilizzo con termine abbonamento sempre al 31 Dicembre.

SOCI EFFETTIVI (coloro che usufruiscono di tutti gli impianti)

- Ordinari	1.700,00€ + 100,00€
- Genitore di 1 figlio socio e/o atleta fino ai 22 anni	1.500,00€ + 75,00€
- Genitore di 2 o più figli soci e/o atleti fino ai 22 anni	1.360,00 €+ 75,00€
- 2 genitori di 1 figlio socio e/o atleta fino ai 22 anni	1.230,00€ + 75,00€
- 2 genitori di 2 o più figli soci e/o atleti fino ai 22 anni	1.210,00 €+ 75,00€
SOCI GIOVANI: 14-18 anni	590,00 €+ 35,00€
SOCI GIOVANI: 19-26 anni	825,00 €+ 50,00€
SOCI GIOVANI: 27-32 anni	1.175,00 €+ 70,00€

*** Sotto i 14 anni i/le ragazzi/e possono essere presenti in Canottieri Milano solo con socio adulto.
> I bambini, figli di Soci/e, di età sino agli 13 anni, non pagano alcuna quota.**





In più per i SOCI promozioni presso i centri convenzionati:

ALZAYA Appartamenti, via Watt <https://alzaya-canottieri.webflow.io/>

- SOCI e ATLETI offerte esclusive sull'acquisto di appartamenti

AKESO STUDIO (Studio Medico, Nutrizione), Ripa di porta ticinese 33 www.studiomedicoakeso.com

- SOCI e ATLETI: sconto 15% visita gastroenterologica, omeopatia, agopuntura, consulenza nutrizionale, piani alimentari, floriterapia

BACO BICI (vendita e riparazione biciclette), via solari 52 www.baco.it

- SOCI e ATLETI: sconto 15% sulle riparazioni city bike, mountain bike, e-bike, mtb

BE FYSIO (fisioterapia), Corso Genova 23 - <https://www.befysio.com/>

- SOCI e ATLETI: sconto in fattura del 10%

BORIO MANGIAROTTI

- SOCI e ATLETI: 5% di sconto sull'acquisto di un appartamento presso Tirana24 <https://www.tirana24.it/>

CRYOVIS (Crioterapia) [Viale Luigi Majno 19](http://VialeLuigiMajno19) - <https://www.cryovis.com/>

- SOCI e ATLETI: 15% di sconto sulle prestazioni offerte dal Centro Cryovis

DANDEL HOUSE, in via Morimondo 1 - <https://dandelhouse.it/>

Progettazione, Pulizia, Trasloco, Tuttofare, Immobiliare, Certificazioni, Risparmio energetico, Servizi fotografici immobili, Assistenza contrattuale (anche tra privati), Finanziamenti, Assistenza Legale e Notarile, e molto altro !

- SOCI e ATLETI: a partire da 5% su tutti i suoi servizi

DOMINA ABBIGLIAMENTO (abbigliamento donna) Corso Cristoforo Colombo 3, zona Porta Genova.

- SOCI e ATLETI sconto del 15% su tutto

FARMACIA DINAMICA (farmaci, integratori ...) via Lodovico il Moro, 3
- <https://www.farmaciadinamicamilano.it/>

- SOCI e ATLETI:

Sconto 10%

su prodotti sop / otc (*senza obbligo di prescrizione / over the counter*)

su integratori, parafarmaco, dermocosmesi,

prodotti per l'infanzia e dispositivi medici

su tutti i servizi in farmacia

IMPROVEYOURSELF improve.iys@gmail.com

- 15% su tutti i servizi, per i vostri soci e per i vostri atleti (servizi legati al benessere e alla crescita personale e professionale.)

ISOKINETIC (fisioterapia e riabilitazione) via Morimondo 26 - <https://isokinetic.com/milano-navigli/>

- SOCI: 15% di sconto
- ATLETI: 15% di sconto

ISTITUTO EUROPEO LEOPARDI (Italian International School) www.istitutoleopardi.it

- SOCI: 15% di sconto sulla retta annuale (non retroattivo)
- ATLETI: 15% di sconto sulla retta annuale (non retroattivo)

LEONI SPORT (Abbigliamento, Attrezzature Sportive) Via Giorgio Washington, 94 - <https://leonisport.it/>

- SOCI e ATLETI: 15% di sconto

MILE SCHOOL (Bilingual School), via Olgiati 14 - mileschool.it

- SOCI e ATLETI esenzione pagamento Tassa prima Iscrizione una tantum

MV% ceramics design, via alzaia naviglio grande 156 - <https://www.mv-ceramicsdesign.it/shop/>

- SOCI e ATLETI sconto del 15% su tutti i prodotti!

KATIA CONSONNI (Parrucchiere), Via Hoepli 3 C, Milano - Tel.3292134851

- <https://www.katiaconsonni.com/>

- sconto del 20% su tutti i servizi di parrucchiere a partire da un importo di 30€

OTTICA CENISIO via Cenisio 18 - <http://www.otticacenisio.it/>

- SOCI e ATLETI: dal 10% al 40% su diversi prodotti (Lenti, Montature, Accessori)

OTTICA BARELLO dal 1919 srl - Via Torino 25/5 - <https://www.barello.com/>

- SOCI e ATLETI: CODICE COUPON del 10% di sconto extra oltre al 30% già esistente sul sito o in negozio

SKINMEDIC Beauty Center Milano Gramsci - <https://skinmedic.it/store/skinmedic-beauty-clinic-milano-gramsci/>

- SOCI e ATLETI: Sconto 15% su trattamenti laser e corpo
- SOCI e ATLETI: Sconto 10% su trattamenti viso

STUDIO SORRIDIMI via Zuara 22, +393890588822 - sorridimi@hotmail.com Ortodonzia, Implantologia, Protesi, Trattamenti viso

- SOCI e ATLETI: Sconto 15% su tutte le prestazioni

E SE SEI FUORI SEDE PER LAVORO O SVAGO POTRAI USURUIRE DI Ospitalità gratuita fino a 20 ingressi presso:

Canottieri Cerea (Torino), Canottieri Garda Salò (Salò), Canottieri Lazio (Roma), Canottieri Marsala (Marsala), Canottieri Roggero di Lauria (Palermo), Lega Navale Spagnola (Madrid), Rari Nantes (Napoli)