

Guida al tempo libero in città



attività per minori 3 -18 anni



Comune
della Spezia



Servizio Educativa Professionale



Le attività sportive e ricreative offrono occasioni d'incontro e potenziano la coesione e la crescita culturale, favoriscono comportamenti pro-sociali e sviluppano competenze e capacità socio-emotive: un moderno sistema di welfare, non può prescindere da una dimensione ludico ricreativa e sportiva.

La redazione della "guida" si pone un duplice obiettivo: facilitare l'accesso alle attività e promuovere partecipazione, inclusione, opportunità di scambio, confronto e crescita.

La "guida" illustra ed indica le opportunità ludico ricreative, sportive ed aggregative della città, una mappa delle opportunità locali per il singolo soggetto, per le famiglie e per bambini/ragazzi.

Si ringraziano, quanti hanno collaborato con motivazione ed impegno alla stesura del documento.

La Dirigente dei Servizi SocioSanitari
Dott.ssa Stefania Branchini



La Cooperativa Sociale C.O.C.E.A. (Cooperativa Operatori Culturali per l'Educazione attiva) è una cooperativa sociale nata nel 1979 a La Spezia, con lo scopo di promuovere la ricerca e la sperimentazione in campo pedagogico, sociale e culturale, di garantire il rispetto dei diritti del bambino e di contribuire al positivo evolversi dei processi di crescita dei bambini.

Porta avanti questi obiettivi attraverso la gestione di servizi per l'infanzia e lo sviluppo di progetti educativi rivolti a minori e persone svantaggiate con la volontà di voler "parlare" al territorio, intercettandone bisogni e risorse, aprendosi maggiormente al coinvolgimento di soggetti sociali (famiglie, associazionismo, volontariato), per operare cambiamento e sviluppo di comunità, in termini sociali e culturali.

L'incontro con il territorio e le esperienze maturate permettono a COCEA di restituire la propria esperienza in forma di sapere e di metterla a disposizione della collettività.

Nell'ottobre 2015 COCEA ha avuto l'affidamento del Servizio Educativo Professionale Territoriale per conto dei Servizi Sociali del Comune della Spezia, servizio pensato con lo scopo di contribuire alla crescita positiva dei minori e garantire un sostegno educativo alle famiglie, secondo le finalità contenute nelle leggi n.184/1983 e n.285/1997 e nel Piano Sociale Integrato PSIR 2013-2015.

All'interno di varie azioni educative ci è sembrato interessante realizzare un piccolo strumento "Guida al tempo libero in città", rivolto alle famiglie, che racchiudesse alcune tra le molteplici attività utili alla crescita positiva dei minori. Tale strumento contiene dati e informazioni rispetto alle risorse presenti nel territorio (oltre a quelle del mondo cooperativo), raccolti dalle educatrici professionali referenti del servizio, Dott.ssa Ilaria Lombardi e Dott.ssa Sara Chiappini, con la speranza che possa davvero essere utile per la ricognizione dei molteplici servizi ludici, ricreativi, sportivi e culturali che arricchiscono il tempo di vita dei bambini e dei ragazzi.

La raccolta dati potrebbe non aver raggiunto alcune realtà, pertanto ci scusiamo anticipatamente con tutti coloro che non sono stati inseriti e cogliamo l'occasione per chiedere di segnalarlo a info@cocea.it

Da Gennaio 2020 L'ATI Coopselios e Cocea, gestisce il servizio Ludoteca civica ed è incaricata all'aggiornamento dei dati raccolti in questa guida, nelle persone di Settepassi Marzia e Maset Carla, coordinatrici del Servizio.

Aggiornamento 30 giugno 2021

Sommario

Musei	pag. 5
Biblioteche	pag. 12
Teatri	pag. 19
Centri bambini/giovani	pag. 20
Associazioni	pag. 25
Danza	pag. 38
Musica	pag. 45
Nuoto	pag. 47
Tennis	pag. 48
Arti marziali	pag. 50
Pattinaggio	pag. 52
Scuole di vela	pag. 54
Pugilato/Box	pag. 55
Aletica leggera	pag. 56
Pallacanestro	pag. 57
Pallavolo	pag. 61
Pallamano	pag. 63
Ginnastica	pag. 65
Corsi Sub	pag. 66
Ciclismo	pag. 67
Football Americano	pag. 68
Rugby	pag. 68
Tiro con l'arco	pag. 69
Scherma	pag. 69
Calcio	pag. 70
Oratori	pag. 71



CAMEC

Centro Arte Moderna
e Contemporanea
della Spezia



È il museo d'arte moderna e contemporanea della città, ospita oltre 2.000 opere, esposte a rotazione: realizza mostre internazionali dedicate all'arte contemporanea, con approfondimenti sul Novecento e l'attualità, oltre ad eventi e workshop; didattica e laboratori rivolti all'infanzia (dall'Asilo Nido alla Scuola Secondaria di Secondo Grado).

Rif. *Cristiana Maucci* - tel. 0187 734593 · cristiana.maucci@comune.sp.it
Amanda Moruzzo - tel. 334 9968868 · didattica@zoecoop.it
in collaborazione con *Cooperativa Zoe* e *Cooperativa ARTEmisia*.

Visite didattiche, destinate ad un numero di persone compreso fra 7 e 25 da prenotare almeno 3 giorni prima della visita.

Contatti

Piazza Cesare Battisti, 1 - 19121 · La Spezia

Cristiana Maucci - tel. 0187734593 · cristiana.maucci@comune.sp.it
tel. 0187734593 · fax 0187256773 · info: camec@comune.sp.it

Orari

Dal martedì alla domenica dalle ore 11,00 alle ore 18,00 · chiuso il lunedì (eccetto lunedì di Pasqua), Natale, Capodanno e Ferragosto.

MUSEO CIVICO

AMEDEO LIA

COMUNE DELLA SPEZIA

Museo Amedeo Lia



Il Museo Civico Amedeo Lia è nato grazie all'importante donazione di opere d'arte di Amedeo Lia e della sua famiglia al Comune della Spezia. Il museo si articola in 13 sale e comprende oltre 1000 opere fra cui dipinti, miniature, sculture e oggetti d'arte. Attività didattica con lo scopo di avvicinare bambini e ragazzi all'affascinante mondo dell'arte figurativa, permettendo una costruttiva interazione tra il patrimonio custodito nel Museo ed i programmi svolti nelle varie discipline scolastiche (dall'Asilo Nido alla Scuola Secondaria di Secondo Grado). Laboratori ludici, educativi, ricreativi 5/11 anni; prenotazione obbligatoria a partire dal lunedì che precede il fine settimana.

Visite guidate gruppi scolastici e turistici .

Compleanni al Museo

Il Museo Lia ti aspetta per festeggiare il tuo compleanno insieme ai tuoi amici. Visita tematica seguita da laboratorio in cui ogni invitato crea il proprio "regalo" (durata 2 ore circa) - merenda

Contatti

Via del Prione, 234 - 19121 - La Spezia - tel. 0187731100 - fax 0187731408
museolia@comune.sp.it - didattica: didattica.museolia@comune.sp.it
mostre - eventi - attività: attivita.museolia@comune.sp.it

Orari

Dal martedì alla domenica dalle ore 10,00 alle ore 18,00
chiuso tutti i Lunedì (eccetto il Lunedì di Pasqua), il 1° Gennaio, il 15 Agosto
e il 25 Dicembre; la biglietteria chiude alle ore 17,30

MUSEO DEL SIGILLO



Offre completa sfragistica mai riunita, presentando sigilli dal IV millennio a.C. fino all'epoca contemporanea. Laboratori ludici, educativi, ricreativi 5/11 anni. Laboratori e percorsi didattici quali strumenti di approfondimento utili agli insegnanti, da integrare alla programmazione scolastica affrontata in aula, possibilità di svolgere alcuni percorsi interamente in classe su richiesta.

Didattica per le scuole:

Il Museo del Sigillo offre attività didattiche differenziate per le scuole di ogni ordine e grado. Gli incontri si svolgono nelle aule scolastiche e nelle sale del Museo, con supporti audiovisivi. I percorsi sono ideati dal personale scientifico del Museo.

Contatti

Via Prione, 236 - 19121 · La Spezia

tel. 0187778544

turismocultura.spezianet.it - museodelsigillo@laspeziacultura.it

Orari

Mercoledì e giovedì 15,00 - 18,00

venerdì, sabato e domenica 10,00 - 18,00 · Chiuso lunedì e martedì

MUSEO ETNOGRAFICO

Giovanni Podenzana



Un'interessante panoramica completa della cultura popolare della Lunigiana storica dal Settecento alla prima metà del Novecento. Laboratori ludici, educativi, ricreativi 5/11 anni (*Giacomo Paolicchi* · museoetnografico@laspeziacultura.it · tel. 0187 727783). Laboratori e percorsi didattici quali strumenti di approfondimento utili agli insegnanti, da integrare alla programmazione scolastica affrontata in aula possibilità di svolgere alcuni percorsi interamente in classe su richiesta. Eventi straordinari per famiglie; "Compleanno al Museo" e centriestivi "E...stare con noi".

Contatti

Via Prione, 156 - 19121 · La Spezia · tel. 0187 727781
turismocultura.spezianet.it · museo.etnografico@laspeziacultura.it

Orari

Giovedì 10,00 - 12,30 · venerdì, sabato e domenica 10,00 - 12,30 / 16,00 - 19,00
chiuso 1° gennaio e 25 dicembre

MUSEO DIOCESANO



Uno spaccato significativo delle opere e dei documenti d'arte e di storia che accompagnano la formazione della struttura diocesana ed ecclesiastica nel Golfo, nella Riviera e nell'entroterra dall'età medievale fino ad oggi.

- Laboratori e percorsi didattici guidati sul territorio quali strumenti di approfondimento utili agli insegnanti, da integrare alla programmazione scolastica affrontata in aula (dall'Asilo Nido sino alla Scuola Secondaria di Secondo grado).
 - Seminari, conferenze e lezioni a tema svolgibili presso le nostre sedi o altrove da archeologi e storici dell'arte.
 - Laboratori didattici e creativi per bambini e ragazzi di archeologia, storia dell'arte e tecniche artistiche.
- Si possono contattare i Servizi Educativi del Museo Diocesano al numero 338 3607452.

Contatti

Via Prione, 236 - 19121 - La Spezia
tel. 0187 258570
turismocultura.spezianet.it

Orari

Giovedì 10,00 - 12,30
venerdì, sabato e domenica 10,00 - 12,30 · 16,00 - 19,00

MUSEO DEL CASTELLO DI SAN GIORGIO



È il museo archeologico della città esposto nella fortezza di San Giorgio di origine medievale. Espone reperti e testimonianze dell'uso del territorio dalla Preistoria al Medioevo; uno degli elementi di maggiore interesse è costituito dal nucleo delle statue stele della Lunigiana (IV-III millennio a.C.). Laboratori ludici, educativi, ricreativi 5/11 anni (*Donatella Alessi* · tel. 0187 778544). Laboratori e percorsi didattici quali strumenti di approfondimento utili agli insegnanti, da integrare alla programmazione scolastica affrontata in aula. Eventi straordinari per famiglie; "Compleanno al Museo" Il Museo idea annualmente una programmazione didattica mirata alla conoscenza delle materie storiche e archeologiche. Vengono proposte attività per le scuole di ogni ordine e grado (*I Musei per la scuola*) e incontri ludico-didattici calendarizzati nei fine settimana (*Museoland*) e durante le vacanze estive.

Contatti

Via XXVII Marzo, 156 - 19121 · La Spezia

tel. 0187 751142

museodelcastello@spezianet.it · sangiorgio@laspeziacultura.it

Orari

Invernale: lunedì 9,30-12,30 · da mercoledì a domenica 9,30-12,30 / 14,00-17,00

Estivo: lunedì 10,30-13,30 · da mercoledì a domenica 10,30-16,30

MUSEO TECNICO NAVALE



Offre numerose rare collezioni di reperti originali quali arte marinaresca della vela, mezzi d'assalto, polene, esperienze di Guglielmo Marconi, esplorazioni polari, armamenti di superficie e subacquei, strumentazione nautica, documenti e l'evoluzione dell'architettura navale dalla preistoria ai giorni nostri. Laboratori e percorsi didattici quali strumenti di approfondimento utili agli insegnanti, da integrare alla programmazione scolastica affrontata in aula, possibilità di svolgere alcuni percorsi interamente in classe su richiesta. Parte dell'importo derivante dai biglietti ingresso viene devoluto all'Istituto "Andrea Doria", Ente che svolge attività assistenziale per gli orfani e i familiari bisognosi dei militari che hanno prestato servizio nella Marina Militare Italiana.

DIRETTORE: Capitano di vascello Leonardo Merlini

Contatti

Viale Amendola, 1 - 19121 - La Spezia
tel. 0187 784763

www.marina.difesa.it (cliccare su icona MUSEI)
marinanord.mtn@marina.difesa.it

Orari

Da lunedì a domenica 8,00 - 19,30

BIBLIOTECA CIVICA PIETRO MARIO BEGHI



La nuova Biblioteca Beghi, situata nella parte Est della città, nel quartiere Canaletto, adiacente all'asse viario di Via Carducci, ha aperto i battenti il 1° aprile 2017. L'edificio è frutto di un magnifico progetto di recupero architettonico del capannone Sud dell'Area Ex-Fitram ad opera dello studio di architettura 5+1 AA di Genova, segnalato tra i grandi progetti europei del 2017. La biblioteca occupa una superficie totale di 1.560 metri quadrati e si sviluppa su tre livelli: un piano terra (720 mq), un primo piano (660 mq) e un secondo piano (180 mq). Al piano terra si trovano gli spazi dedicati alla reception, con la postazione del servizio di prestito e autoprestito, l'angolo riservato a riviste e giornali, le postazioni pc per il pubblico, la Sala Ragazzi, la sala ristoro e i servizi igienici. A questo livello si trova anche l'Auditorium, attrezzato con 72 posti a sedere.

Contatti Via Del Canaletto 100, La Spezia- 19126
tel. 0187 513295 bbeghi@laspeziacultura.it

12

Apertura: da Lunedì a Domenica dalle 8.15 alle 19.00

Ufficio Amministrativo e Bibliotecari
E-mail biblioteca.beghi@comune.sp.it

BIBLIOTECA SPECIALE DI STORIA DELL'ARTE E ARCHEOLOGIA



La Biblioteca Speciale di Storia dell'Arte e Archeologia, nata nell'ottobre del 1999, aderisce al Sistema Bibliotecario Urbano come polo specializzato nelle discipline storico-artistiche ed archeologiche e fa parte del Settore Musei quale polo specialistico di studio e documentazione. Ha sede presso la Palazzina delle Arti della quale occupa tutto il piano terra.

Come in tutte le Biblioteche del Sistema, non tutti i libri della Biblioteca d'Arte sono ammessi al prestito (vedi regolamento SBU)
http://www.comune.laspezia.it/export/sites/SPEZIANet/Comune/Regolamenti/Regolamento_SBU_NUOVO.pdf

Contatti

Viale del Prione, 238 - 19121 · La Spezia

tel.0187778544

www.laspezia.erasmo.it · bib.arte@laspeziacultura.it

Orari

Dallunedì al venerdì 8,00-13,00 · 14,00-19,00

Sabato 8,00-12 · 14,00-18,00

BIBLIO8



Biblioteca scolastica all'interno dell'ISA 8 con possibilità di prendere libri a prestito (tessera per prestito). Organizza corsi di teatro, corsi di fotografia, laboratori per bambini e ragazzi (workshop e corsi). Iscrizione annuale 5,00 euro; partecipazione ai corsi 30,00 euro; laboratori e workshop 3,00 euro.

Rif. tel0187772341 - 3938868106 · www.biblioteck.it · didattica@biblioteck.it
in collaborazione con Cooperativa ARTEmisia per l'anno 2016

Contatti

Via Caselli, 21 - 19121 · La Spezia
tel. 0187 772341 · 0187 506119 · fax 0187 569441

Orari

Orario scolastico e orari e giorni da definire rispetto ad attività laboratoriali.

SPAZIO 32



La Biblioteca della Fondazione Carispezia, che aderisce al Polo ligure del sistema Bibliotecario Nazionale (SBN), svolge attività di promozione e valorizzazione della cultura, con particolare attenzione al patrimonio artistico, storico ed economico locale; attualmente possiede oltre 5.000 pubblicazioni, consultabili e disponibili al prestito interbibliotecario. Luogo di riferimento culturale soprattutto per i giovani. Mostre, incontri con autori, workshop, proiezioni di film, eventi culturali legati alla promozione libraria, sia per adulti che per bambini (workshop e corsi). Recupero compiti per gli studenti della Scuola Primaria (ogni Lunedì dalle ore 16,30 alle ore 18,00).

Rif. tel0187772341 · 3938868106 · www.biblioteck.it · didattica@biblioteck.it
in collaborazione con Cooperativa ARTEmisia.

Contatti

Via D. Chiodo 32 · 19121 La Spezia
tel. 0187 772339 · spazio32@fondazionecarispezia.it
www.fondazionecarispe.it/spazio32

Orari

Dal lunedì al venerdì dalle ore 15,00 alle ore 19,00

ISR

ISTITUTO SPEZZINO
PER LA STORIA
DELLA RESISTENZA
E DELL'ETÀ
CONTEMPORANEA



Promuove lo studio scientifico del Movimento di Liberazione nazionale, con particolare riguardo all'area ligure-lunigianese. Studenti e ricercatori possono trovarvi informazioni preziose per tesi o ricerche, e gli insegnanti una valida didattica per la scuola. L'Istituto organizza anche eventi, convegni e conferenze, laboratori didattici per docenti e alunni, nonché incontri con storici. La Biblioteca conta oltre 8.500 opere riguardanti il fascismo, il movimento di Liberazione, il secondo conflitto mondiale, il dopoguerra e gli eventi della più recente contemporaneità. È attivo il servizio di prestito libri per gli iscritti al sistema bibliotecario urbano.

NEL CORSO DELL'ANNO 2017 SARÀ TRASFERITO PRESSO L'AREA FITRAM

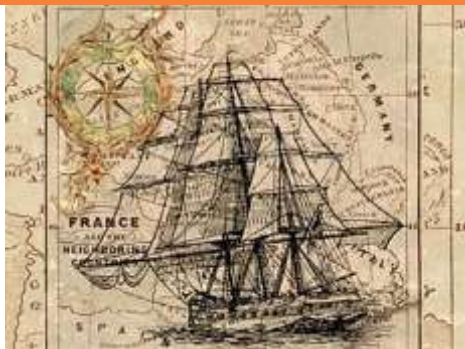
Contatti

trasv. Via del Popolo, 61 · 19126 La Spezia c/o Biblioteca Civica "P.M. Beghi"
tel.0187513295 · fax0187284971
irs@laspeziacultura.it

Orari

Dalunedì a venerdì 8,00-19,00 (orario continuato)
Sabato 8,00-12,00 · 14,00-18,00

BIBLIOTECA DEL MUSEO TECNICO NAVALE



Biblioteca interna al Museo Tecnico Navale, contiene pregiati volumi storici e documenti originali tra cui il foglio matricolare di Giuseppe Garibaldi. Organizza eventi culturali, workshop sia per adulti che per bambini (workshop e corsi); iscrizione annuale 5,00 euro; partecipazione ai corsi 30,00 euro; laboratori e workshop 3,00 euro.

Rif. tel0187772341 · 3938868106 · www.biblioteck.it · didattica@biblioteck.it
in collaborazione con Cooperativa ARTEMisia per l'anno 2016.

Contatti

Viale Amendola, 1 · 19121 La Spezia
tel. 0187 7846693 · 0187 784832 · fax 0187 784850
mtntp@marina.difesa.it · www.marina.difesa.it/laspezia/museo.asp

Orari

Da lunedì a domenica 8,00-19,30
chiuso il 15 Agosto, 1 Gennaio e 25 Dicembre

BIBLIOTECA CIVICA U. MAZZINI



Ospitata nell'ottocentesca Palazzina Crozza, è la biblioteca storica della città. Aperta dal 1898 è sede dell'Archivio Storico Comunale e conserva un notevole Fondo antico costituito da incunaboli, cinquecentine, libri del '600, '700 e '800 oltre ad una considerevole collezione di testi sulla storia del territorio. Offre i servizi di consultazione in sede, lettura quotidiani e riviste, prestito libri e prestito interbibliotecario, assistenza tesi, fotocopie. Organizza eventi culturali legati alla promozione libraria. È possibile per le scuole di ogni ordine e grado, prenotare visite guidate che, avvalendosi delle preziose raccolte conservate, ripercorrono la storia del libro dai codici manoscritti ai più moderni libri a stampa. Allo stato attuale la "Ubaldo Mazzini" svolge prevalentemente il ruolo di biblioteca di conservazione e documenta adeguatamente il settore umanistico-letterario.

Corso Cavour 251

19121 La Spezia

Recapiti

Tel 0187-727515

E-mail biblioteca.mazzini@comune.sp.it

Pagina ufficiale Facebook

Orari

Dalunedì a venerdì 8,15-19,00 (orario continuato) Sabato 8,00-12,00
(mesi di luglio e agosto)



TEATRO CIVICO



La costruzione del Teatro Civico, primo edificio esterno al tracciato delle antiche mura nell'ottica di espansione della città verso il mare, fu avviata il 6 luglio 1840 su progetto dell'architetto genovese Ippolito Cremona. L'interno venne realizzato secondo la tipologia tradizionale con una sala a ferro di cavallo, tre ordini di palchi e il loggione. Il Teatro Civico concluse la sua attività di sala cinematografica il 20 giugno 1987 e rimase chiuso per restauro dal 1989 al 1995. Con quest'ultimo intervento furono eliminati il cinema e il bar, cambiati gli arredi di sala, ampliata la buca d'orchestra e introdotto l'ascensore. La sua attività si connota attualmente per una stagione invernale miscelanea (prosa, opera, balletto, stagione concertistica) affiancata dalla stagione di teatro ragazzi, per una stagione estiva all'aperto e per l'organizzazione di un importante Festival del Jazz. A teatro con le scuole, giornate dedicate ai bambini e ragazzi delle Scuole del territorio spezzino.

Contatti

Via Fazio, 45 · Via Carpenino

tel. 0187 757075 · www.fondazione-carispezia.it

Orari

Biglietteria: dal lunedì al sabato dalle ore 8,30 alle ore 12,00

mercoledì dalle ore 16,00 alle ore 19,00



Attività di gioco libero e organizzato, di lettura e animazione alla lettura, prestito di giocattoli, libri e film; sono a disposizione degli utenti 1200 giochi, 3000 libri e 1500 film e cartoni animati. Attività di laboratorio, percorsi creativi e animazione, feste ed eventi. La Ludoteca si rivolge a bambini e ragazzi in età compresa fra i 3 e i 14 anni, a Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di primo Grado; collabora su progetti specifici con le Scuole Secondarie di secondo Grado e attiva tirociniperle Università in convenzione.

La ludoteca civica attualmente gestita dall'associazione di Imprese Coopselios e COCEA, cooperative sociali impegnate da anni nella gestione di servizi educativi rivolti ai minori

Contatti

Via Gramsci, 211 - 19121 - La Spezia - tel. 0187 026112
ludoteca@comune.sp.it

Orari

Da giugno a settembre orario estivo:
dalle ore 8,00 alle ore 13,00 tutte le mattine,
escluso il sabato, per i bambini iscritti ai turni
della "Ludoteca d'Estate"

lun 9-13	15-18,30
mar chiuso	15-18,30
mer 9-13	15-18,30
gio chiuso	15-18,30
ven 9-13	15-18,30
sab 9-12	

IL DIALMA CENTRO CREATIVO URBANO



Il Centro Culturale Giovanile e Multimediale “Dialma Ruggiero” offre spazi attrezzati al mondo giovanile, struttura ricavata da una ex scuola media completamente ristrutturata, variamente articolato in molteplici spazi per attività relative a musica, danza e teatro, attrezzato per gli spettacoli, il Centro si configura come una struttura polifunzionale flessibile e dinamica finalizzata alla promozione e valorizzazione delle politiche giovanili e non solo. Luogo d'incontro e di scambio, ma anche di formazione e orientamento, di progettazione e produzione.

A settembre 2019 è stata inaugurata la nuova gestione rappresentata da una ricca associazione di enti diversi, diventando:

IL DIALMA CENTRO CREATIVO URBANO

RAGGRUPPAMENTO COMPOSTO DA:

IS.FOR.COOP (FORMAZIONE)

ASSOCIAZIONE GLI SCARTI (TEATRO)

COOPERATIVA ZOE (GESTIONE SPAZI E ATT.DIDATTICHE)

LA SPEZIA PROGETTO DANZA ASD LES MOBILES (DANZA)

ASS. CULTURALE MOTO CONTRARIO (MUSICA)

NK STUDIO (PRODUZIONI MUSICALI, VIDEO E

COMUNICAZIONE)

IL DIALMA CENTRO CREATIVO URBANO



Il Dialma è uno spazio dedicato alla cultura, all'arte, alla creatività, all'innovazione e all'inclusione sociale, situato nel quartiere di Fossitermi alla Spezia

Il Dialma è il nuovo progetto di gestione dell'ex Centro Culturale Dialma Ruggiero, che ha l'obiettivo di rinnovare e migliorare la struttura e i servizi offerti puntando sempre di più alla qualità, alla competenza, all'innovazione e al contempo ad un approccio il più possibile inclusivo e partecipativo verso il quartiere, gli operatori e le associazioni culturali e verso tutti i cittadini

Il Dialma è Formazione, Teatro, Danza, Musica, Video, Fotografia, Illustrazione, Comunicazione e Web, Spettacoli, Incontri

Il Dialma è una comunità di persone, uno spazio aperto e vivo, un cantiere creativo sempre all'opera, la cui identità è scambio e incontro tra diversità

Contatti GENERALI

3703734084

INFO@IL DIALMA.IT



CENTRO DELLA DOCUMENTAZIONE E ATELIER DELLA NARRAZIONE DEDICATO A MARA BARONTI



Il Centro di Documentazione e Atelier della Narrazione, rivolto ad adulti e bambini, è dedicato alla straordinaria narratrice Mara Baronti. Laboratori creativi: il Centro di Documentazione è aperto a famiglie e bambini, insegnanti e bambini dei Nidi e delle Scuole comunali per 2 pomeriggi a settimana ed il sabato mattina per sviluppare tematiche sui linguaggi del Colore, Creta, Grafiche, Kamishibai etc. Formazione in rete: si svolgeranno presso il centro incontri di formazione aperti alle insegnanti del territorio su tematiche emerse dai bisogni formativi dei collettivi e condivise con l'amministrazione comunale. Salotti pedagogici: saranno proposti momenti serali di confronto e di discussione, guidati dai Coordinatori pedagogici e/o da esperti qualificati, anche in rete con i servizi educativi e sociali, rivolti alle famiglie e alla cittadinanza. Consulenza atelieristica: si potranno richiedere incontri di consulenza atelieristica per offrire rilanci alle educatrici e alle insegnanti in merito ai linguaggi espressivi, ai materiali e alle tecniche e all'allestimento dell'ambiente.

Contatti

Via delle Pianazze, 48 · 19100 La Spezia
tel. 0187 982706 · centro-doc-pianazze@coopselios.com

Orari

Martedì e giovedì dalle ore 14,30 alle ore 18,00;
sabato dalle ore 9,00 alle ore 13,00;
aperture straordinarie su appuntamento.

ASD NATURALMENTE



ASD Naturalmente dà ai soci la possibilità di frequentare "corsi in movimento": yoga, ginnastica dolce, pilates. Offre consulenze di naturopatia, iridologia, alimentazione. Trattamenti shiatsu e sonori con le campane tibetane. Per i bambini dai 5 agli 11 anni è attivo un corso di yoga a cadenza settimanale, il pomeriggio. Disponibilità a portare le proprie attività, per adulti e bambini, anche all'esterno della sede, per diffondere l'educazione al "buon vivere". Si pone come obiettivo quello di portare le attività ai ragazzi delle Scuole Superiori, al fine di far conoscere loro tecniche di relax e tecniche diverse di lavoro sul corpo.

Contatti

Via D. Manin, 35 · 19121 La Spezia
tel. 340 6258768 Daniela; 347 8461310 Diana
natural.mente2006@libero.it · www.natural-mente-sp.it

Orari

Per orari consultare il sito e telefonare per appuntamento

ASSOCIAZIONE LABULÈ



Corsi di danza per bambini e ragazzi; animazione per feste di compleanno ed eventi; laboratori per le scuole; percorso di educazione al teatro per le scuole; spettacoli e performances teatrali per le scuole; spettacoli e performances teatrali per eventi.

Contatti

Sede legale Via Migliari, 32 · 19122 La Spezia

Sede operativa: c/o Centro Giovanile Dialma Ruggiero

Via Monteverdi, 117 · 19126 La Spezia

tel. 346 3619001 *Elena Lussiana* info.labule@gmail.com

Orari

Segreteria aperta dal Lunedì al Venerdì dalle ore 16,15 alle ore 18,15

ASSOCIAZIONE ALKIMIA



Campi estivi c/o Parco dei Pesci "La Pianta".

Contatti

tel. 392 6199178 Luca

ASSOCIAZIONE PARCO ISOLA FELICE "gioco, imparo e mi diverto"



Organizzazione feste di compleanno, laboratori ludico-ricreativi, campus estivi destinati a bimbi dai 5 agli 11 anni.

Contatti

Via Valdellora, 47 · 19124 La Spezia · tel. 340 1657079

Via XXIV Maggio, 59

ass.marrypoppins16@gmail.com

ASSOCIAZIONE COCCINELLA



Non solo Nido. FAVOLE AL ROVESCIO

Servizio integrato 0/6. Continuità NIDO-Infanzia

Outdoor e ortoscuola, laboratorio di Inglese, esperienze in musica

Recupero cognitivo, doposcuola, percorsi per l'apprendimento di un metodo di studio idoneo, percorsi di peer education.

Contatti

Via Fantoni 1, La Spezia, Quartiere Migliarina · 19100 La Spezia · tel.
3713617445 ass.coccinella.2015@gmail.com

Orari

Da lunedì a venerdì 8,00 - 18,00;

ASSOCIAZIONE A TESTA IN GIÙ



Progetti e percorsi di formazione dedicati a genitori e bambini da zero a tre anni, utilizzando l'acqua e la terra. Incontri individuali o di gruppo di Watsu. Percorsi di accoglienza alla nascita dedicati alla donna in gravidanza ed alla coppia in attesa. Percorsi di formazione per ostetriche, figure professionali legate alla nascita ed alla cura del bambino. Performances e spettacoli di teatro di strada e per bambini e genitori; interventi specifici sulla narrazione; ideazione, organizzazione e realizzazione di Hop Hoplà, una rassegna estiva particolare, dedicata a bambini ed adulti e allo specifico del luogo che la ospita. Laboratori per bambini di arti circensi, piccolo circo, clownerie e acrobatica aerea. Workshop per adulti di clownerie e trampoli. Workshop e seminari di formazione legati principalmente al linguaggio corporeo e all'integrazione della persona.

Contatti

Via Ada Negri, 9/a · 19126 La Spezia

tel. 328 7520070 · 0187 504737

www.atestaingiu.it · info@atestaingiu.it

Orari

Dal lunedì al venerdì dalle ore 14,00 alle ore 18,00; durante il periodo estivo dal lunedì al venerdì dalle ore 9,00 alle ore 13,00 con un'uscita ogni due settimane.

ASSOCIAZIONE I SOGNI DI BENEDETTA



L'associazione di promozione sociale "I sogni di Benedetta" è nata nel 2013. Essa si propone di sostenere il benessere sociale ed educativo dei minori promuovendo iniziative di vario genere sul territorio anche tramite il coinvolgimento di altre realtà associative che perseguono le medesime o similari finalità. Collaborazione con il reparto di Pediatria dell'Ospedale Civile della Spezia partecipando finanziariamente a sostegno di progetti coerenti con le proprie finalità statutarie. L'Associazione è accreditata presso il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali nell'ambito del progetto di accoglienza di minori stranieri in Italia avendo per prima sancito un accordo con un istituto socio educativo assistenziale in Israele. Progetti di recupero scolastico con l'Istituto comprensivo n.2 della Spezia.

Contatti

Sede Legale Via Nino Ricciardi, 31 · La Spezia

tel. 335 1290737 Presidente *Letizia Verni*

www.isognidibenedetta.it · associazione@isognidibenedetta.it

ASSOCIAZIONE IL GOMITOLO



L'Associazione ha lo scopo di svolgere attività di utilità sociale e di promozione culturale a favore di associati o di terzi, senza finalità di lucro. Propone attività di intervento e formazione con lo scopo di promuovere il benessere e la qualità di vita di bambini, ragazzi e delle loro famiglie. Per tali ragioni essa offre: servizio di sostegno psicologico; incontri di mediazione e gestione di conflitti; iniziative socio-educative, culturali e di sostegno a favore dei soggetti con disturbi specifici dell'apprendimento e delle loro famiglie, proponendo attività di prevenzione, valutazione, diagnosi, potenziamento e riabilitazione per consentire il normale sviluppo delle potenzialità e per prevenire fenomeni di dispersione scolastica per i DSA e per chiunque abbia bisogno di un supporto specifico.

Contatti

Via Provinciale, 67 - Romito Magra (SP)
tel. 333 6169694 Dott.ssa Loccori; 348 9253378 Dott.ssa Coscia;
335 7786009 Dott.ssa Franceschini
ass.gomitolo@gmail.com

Orari

Dalle ore 9,00 alle ore 18,00. Si riceve su appuntamento.

ASSOCIAZIONE MUSICALAMENTE



Laboratorio di Propedeutica "Musica e Corpo" dai 3 ai 5 anni; laboratorio volto all'insegnamento della ritmica attraverso un lavoro di motricità, coordinazione e uso degli strumenti a percussione. Coro di voci bianche dai 4 ai 10 anni; il coro verte su un primo approccio alla vocalità complessa e polifonica in adattamento alle esigenze di gruppo. Lezioni individuali di vari strumenti. Laboratorio di musica d'insieme, per cantanti e musicisti. Canto lirico. Corsi di chitarra, pianoforte, basso, batteria, contrabbasso, percussioni, sax, flauto tromba e violino.

Contatti

Centro Giovanile Dialma Ruggiero · Via Monteverdi, 117 · 190126 La Spezia
tel. 347 4064045
musicalmente.mle@gmail.com

Orari

Musica e corpo: lunedì dalle ore 16,30 alle ore 17,15
Coro voci bianche: martedì dalle ore 18,30 alle ore 19,30 (3 martedì mese)

IH INTERNATIONAL HOUSE



Scuola di lingue. Attività didattiche, creative e culturali in lingua inglese. English summerschool. Corsi di lingua inglese.

Contatti

Via A. Manzoni, 64 · 19121 La Spezia

tel. 0187 732331

laspezia@ihlaspezia.it

ASSOCIAZIONE AIUTO DSA



L'associazione nasce su iniziativa di 15 soci fondatori tra cui genitori, insegnanti, psicologi, educatori della provincia della Spezia. Supporto alle famiglie, attività didattiche ed educative rivolte a bambini e ragazzi con diagnosi di disturbo specifico dell'apprendimento. Campus estivi.

Contatti

Via U. Foscolo, 40 · 19124 La Spezia
tel. 366 2743537 *Consuelo Casella*

GRUPPO SPELEOLOGICO LUNENSE



La speleologia è un'attività di ricerca che si svolge nel fantastico mondo sotterraneo. Uno degli ultimi luoghi della terra in cui è ancora possibile esplorare ambienti mai percorsi dall'uomo.

Ambienti di una varietà incredibile: saloni enormi e stretti meandri; gallerie e cunicoli; pozzi verticali e pareti da traversare. Il gruppo propone varie attività per avvicinarsi alla speleologia a partire dai 15 anni: speleogite, stage brevi e corsi di speleologia.

Contatti

<https://www.facebook.com/gruppospeleologicolunense>
www.gslunense.it · info@gslunense.it

CAI LA SPEZIA ALPINISMO GIOVANILE



La commissione di alpinismo giovanile del CAI La Spezia propone ai bambini ed ai ragazzi dagli 8 ai 17 anni tutte le attività che si possono svolgere in montagna. Escursionismo, arrampicata, speleologia, ciaspolate etc. etc. I ragazzi vengono seguiti da volontari CAI titolati nelle diverse discipline.

Contatti

<https://www.facebook.com/Alpinismo-Giovanile-CAI-La-Spezia>
aglaspezia@libero.it

ASSOCIAZIONE INTERNAZIONALE BRITISH SCHOOL OF ENGLISH



Corsi specifici per bambini delle Scuole Primarie a partire dal 20 Giugno fino a tutto Luglio e poi ancora a Settembre con attività di gruppo, canzoni, simulazioni e giochi in inglese, così da avere un approccio piacevole e non scolastico alla lingua con particolare attenzione allo sviluppo della comunicazione orale; inoltre sono previsti corsi finalizzati al recupero o consolidamento della lingua inglese per studenti a partire da "principianti" ad "avanzati" oltre alla preparazione per gli esami Cambridge.

Contatti

Via XXIV Maggio, 178 · 19124 La Spezia
tel. 0187736718 · 3346865761 · fax 736508
laspezia@britishschool.com

Orari

Dal lunedì al venerdì dalle ore 9,00 alle ore 13,00 e dalle ore 14,30 alle ore 19,30; sabato dalle ore 9,00 alle ore 12,00



ASSOCIAZIONE SSD RACCONTO LATINO



Corsi per bambini 4/6 anni: "Danza Gioco Sport". Rafforzare abilità e schemi motori generali, per migliorare la percezione del sé corporeo. Favorire l'interiorizzazione dei fondamentali riferimenti spazio temporali. Fornire uno strumento ludico spendibile nel sociale, nella vita presente e futura del bambino. Corsi per bambini 7/11 anni e 11/16 anni: danze Caraibiche - Hip Hop - Break Dance - Danza Moderna.

Dai 7 anni in poi: Attività agonistica di Danza Sportiva. Specialità: Danze Caraibiche. Preparazione tecnica e atletica; allestimento saggi, spettacoli, esibizioni e show. Tecnici professionisti e Formatori federali FIDS (Federazione Italiana Danza Sportiva) CONI.

Contatti

Via Gianturco, 111/117 · 19126 La Spezia

tel. 333 3932168

www.raccontolatino.it · monucid@libero.it · Facebook "Raccontolatino"

Orari

Dal lunedì al venerdì dalle ore 16,00 alle ore 19,00

A. S. D. DANZABILMENTE



Associazione ARCI UISP senza scopo di lucro nata nell'anno 2005 per l'integrazione di tutte le abilità e disabilità attraverso laboratori di danza. Laboratori settimanali, stage, seminari e altre forme di iniziative a cui partecipano attivamente vari gruppi di persone legate all'Associazione: ragazzi diversamente abili e non, genitori, professionisti e terapeuti, volontari e sostenitori; tali attività confluiscono nella realizzazione di spettacoli, sintesi di un lavoro intenso dei ragazzi che ne sono ideatori ed interpreti.

I laboratori integrati si svolgono presso i Comuni di La Spezia, Sarzana, Lerici e Bagnone

Contatti

Via Nave, 1 · Sarzana - La Spezia

tel. 328 3828664 *Giulia* · 348 0593442 *Zahydeè*

<http://danzabilmente.blogspot.it> · Facebook "Danzabilmente"

asd.danzabilmente@gmail.com

Orari

Da concordare in base all'attività



A.S.D. BODY & MIND



Avviamento allo sport e gioco danza per bambini dai 6 anni con possibilità per l'accompagnatore di allenarsi nella stessa ora. Amache per bambini dagli 8 ai 10 anni - Zumba kids per bambini dai 4 ai 6 anni.

Contatti

Piazza Chiodo, 8 · 19121 La Spezia
tel. 3337075412

A.D.S. WILMER & MANUELA



Corsi di ballo liscio, caraibico, latino, coreographic team a partire dai 3 anni.

Contatti

Via Montepertico c/o palestra dell'Istituto Cardarelli · 19100 La Spezia
tel. 339 4631988

A. S. A. ROYAL DANCE SPORT LIGURIA



Scuola di ballo, danza classica e moderna.

Contatti

Corso Cavour, 329 · 19100 La Spezia
tel. 0187 715398

Orari

SCUOLA DI BALLO DIMENSIONE DANZA



Corsi di danza classica e moderna (a partire dai 3 anni), Hip-Hop, Break Dance.

Contatti

Via Roma, 239 · 19100 La Spezia
tel. 0187700125 · 3470912554



STARLIGHT LIGURIA DANZA SPORTIVA



Ballo da sala, liscio unificato, danze standard, danze latine dai 4 anni in su. Ballo sociale, corsi collettivi, individuali, allenamenti guidati liberi. Non sono previste attività agonistiche.

Contatti

Via Caselli, 21 · Favaro - 19100 La Spezia
c/o scuole medie Cervi
tel. 328 9728547 *Cira Parente e Donato Luigi*
fotoblu@libero.it

SCUOLA DI DANZA CLASSICA



Corsi di danza classica e moderna

Contatti

Scalinata Quintino Sella, 3 · 19100 La Spezia
tel. 0187300547 · 0187739576

A. S. D. DANSEÀVIE



Associazione sportiva dilettantistica affiliata UISP, opera da più di 10 anni nel campo della danza e dell'arte. Corsi propedeutici per bimbi fino ai 7 anni. Corsi di danza moderna, classica e contemporanea.

Contatti

Via Monviso, 5c · 19123 La Spezia
tel. 3479826380
danseavie@yahoo.it

NEW ACADEMY D&D



Scuola di ballo agonistica e dilettantistica.

Contatti

Trav. del Popolo, 3 · 19126 La Spezia
tel. 345 2860612



LA MAISON DE LA DANSE



Danza classica e moderna. Teatro (bambini e ragazzi). Canto (bambini e ragazzi). Ginnastica ritmica. Danza preparatoria dai 3 anni. Danza classica (punte, repertorio, carattere, passo a due, sbarra a terra). Danza moderna, jazz ed elementi del musical, contemporanea vari stili.

Contatti

Via Fontevivo, 21 · 19125 La Spezia - tel. 0187 300547
accademiamaisondanse@libero.it - www.lamaisondeladance.it

A. S. D. PUNTA E FLEX



Corsi di danza classica per bambini, pop, gym. La danza è la prima espressione artistica del genere umano perché ha come strumento il corpo.

Contatti

tel. 320 2680020 *Alpinoli Lara* · 333 4760939 *Petacchi Sara*



CORSI INDIVIDUALI DI SPINA RICCARDO



Si impartiscono lezioni di chitarra, tastiera e pianoforte.

Contatti

Via Napoli, 89 · 19122 La Spezia
tel. 334 9423698

MUSIC FACTORY



Corsi di Batteria (certificato Accademia Musica Moderna) per bambini a partire dai 4 anni di età. Canto, chitarra e pianoforte.

Contatti

Via Carducci, 41 · 19100 La Spezia
tel. 347 5486504 *Nicola Naseddu*
www.ammnationalschool.it · nicolanaseddu@libero.it



RICORDI MUSIC SCHOOL



Realtà conosciuta e apprezzata nel panorama musicale italiano. Metodo didattico unico che viene applicato da tutti gli insegnanti in tutte le lezioni di strumento, dal pianoforte al violino, dal clarinetto al flauto, dalla chitarra alla batteria; nella musica d'insieme, di gruppo e per qualsiasi genere, dalla musica classica alla musica moderna, dal rock al jazz e guida le lezioni di canto scolastico e di gruppo.

Contatti

Via A. Poggiolini, 9 - 19125 La Spezia
www.ricordimusicsschool.com



NUOTO

ATTIVITÀ SPORT UTILITY



Corsi di nuoto per bambini.

Contatti

Via Monfalcone, 4 · 19123 La Spezia - tel. 0187702066
duegiugno@attivasportutiliy.it

Orari

Corsi nuoto bambini: vasca piccola dal lunedì al sabato: 16,00-16,45 · 17,30-18,15
vasca grande: dallunedì al sabato: 16,00-16,45 · 17,30-18,15

PISCINA MORI



Corsi di nuoto baby, per ragazzi e adulti. Acquagym. Avviamento alla pallanuoto e preparazioni per le competizioni agonistiche. Nuoto libero.

Contatti

Viale Nicolò Fieschi, 30 - 19132 La Spezia
tel. segreteria 0187 73278

Orari

lunedì, mercoledì e giovedì 15,00-17,00

**TT CLUB
LA SPEZIA**

Organizza allenamenti di tennis suddividendoli per livello di abilità ed età.

Contatti

c/o Palestra Mariotti
tel. 329 5729562 Michele Rossi
michele.rossi57@gmail.com

**CIRCOLO
TENNIS
ACAM**

Associazione sportiva affiliata alla UISP. Corsi per bambini.

Contatti

Via Monfalcone, 88 - 19100 La Spezia
tel. e fax 0187714354 · cell. 349 2714496

CIRCOLO TENNIS LA SPEZIA



Scuola di tennis e di avviamento e formazione. Inizia con un'attività propedeutica dai 4-6 anni fino ai 16. Inizio programma per lo sviluppo delle attività motorie.

Contatti

Via San Venerio, 33a - 19100 La Spezia · tel. 0187 503557 · fax 0187 523676
segreteria@circolotennisspezia.it

Orari

Segreteria: dal lunedì al venerdì 9,00 - 13,00 · 14,00 - 19,00
sabato 9,00 - 12,00



ARTI MARZIALI

ASD NEIJIA SCUOLA ARTI MARZIALI CINESI



La scuola si prefigge di diffondere queste "antiche arti cinesi" andando alla ricerca profonda di vari aspetti, dal marziale al benessere.

Contatti

Palestra Scuola Media Jean Raget
Via Benedicenti, 4 - 19123 La Spezia
tel. 349 1560984 · info@artimarzialicinesi.com

ADS FUNAKOSCHI CLUB



La missione del sodalizio sportivo è quella di avviare i giovani alle attività motorie. La palestra è strutturata per accogliere i diversamente abili. Corsi di: Karate, Judo, Aikido, Jujitsu, kick boxing, pugilato e yoga.

Contatti

Corso Nazionale, 225 - 19100 La Spezia
tel. 0187 512155 · info@funakoschiclub.it

ACCADEMIA ARTI MARZIALI



Corsi di Ju Jitsu. impari a cadere, a rotolare, a colpire di pugno e gamba, a lottare in piedi e a terra, a difendersi efficacemente dai prepotenti. Corsi separati per bambini 4/5 anni; 6/8 anni; 9/11 anni. Agonisti: 12/13 anni ed oltre. Corsi di karate bambini dai 4 anni di età ed adulti. Judo. Metodo Globale Autodifesa. M.M.A. (Mixed Marzial Arts). Kick boxing. Jukadò (la più completa difesa personale).

Contatti

Sede operativa Palazzetto dello Sport "G. Mariotti"
Via C.A. Federici - 19126 La Spezia
Sede sociale Corso Nazionale, 454 - 19126 La Spezia
tel. 329 5615582 · 0187 518333 · 0187 577954
www.artimarzialispezia.altervista.org

Orari

Segreteria: dal lunedì al venerdì 17,30 - 21,00



ARTI MARZIALI

ARTI MARZIALI NOVASCONI



Corsi di judo e taekwando per bambini dai 5 anni di età.

Contatti

Palazzetto dello Sport "G. Mariotti" · Via C. A. Federici - 19126 La Spezia
tel. 347 4331097 · 348 7688073 *Andrea Storti*
amnovasconi@libero.it



PATTINAGGIO

A. D. S. SKATING LUNA



Corsi di avviamento allo sport, preagonistica e agonismo a partire dai 3 anni.
Corsi per bambini, ragazzi di pattinaggio artistico a rotelle, pattinaggio di figura, garesul territorio.

Contatti

Via Colombo, 162 - 19121 La Spezia e c/o Palazzetto dello Sport
tel. 340 6027501
asd. skating-luna@libero.it



A. D. S. LA SPEZIA ROLLER



Corsi di pattinaggio per bambini a partire dai 3 anni

Contatti

c/o Palazzetto dello Sport · Viale Alpi, 1 - 19100 La Spezia
tel. 0187 972280 · cell. 339 6797330

PATTINO CLUB LA SPEZIA



Promuove il pattinaggio di figura proponendo gare sul territorio e corsi per bambini, ragazzi, adulti.

Contatti

Via Nino Battaglia - Crispin, 18a - 19100 La Spezia · tel. 0187 700435
pat.clublaspezia@libero.it



CIRCOLO DELLA VELA ERIX



Corsi di vela per giovani e principianti; corso in 5 lezioni composte di teoria e pratica con uscite su barca scuola. Primi insegnamenti della navigazione a vela. Andare per mare sfruttando un'energia rinnovabile per eccellenza: il vento! Alla fine del corso sarà rilasciato un attestato.

Contatti

Calata Mazzini, 27 · 19032 Lerici (SP)

tel. 0187 966770 · fax 0187 967186 - segreteria@cdverix.it

ASD PROGETTO MARE



Attività didattica e sportiva per bambini da 6 a 14 anni. Attività previste per il periodo estivo.

Contatti

c/o Porto Mirabello (Goletta Pandora) - 19124 La Spezia

tel.3332872938 ·info@progetto mare.info

CIRCOLO VELICO LA SPEZIA



Corsi di vela per ragazzi dai 7 ai 14 anni con Istruttori brevettati Federazione Italiana Vela. Corso di iniziazione rivolto ai ragazzi che si avvicinano per la prima volta alla vela e finalizzato all'acquisizione delle conoscenze di base.

Contatti

Via Molo Italia, 1 - 19124 La Spezia - tel. 0187733906
circolovelicosp@gmail.com



PUGILATO/BOXE

BOXING - CLASS LA SPEZIA



Corsi di baby kick - boxing. Prima settimana gratuita. 4 - 12 anni.

Contatti

Palazzetto dello Sport G. Mariotti · Via C.A. Federici - 19126 La Spezia
tel. 328 5467479 · www.boxing-class.it · boxingclass.laspezia@gmail.com

Orari

Martedì e giovedì 18,00 - 19,30



SPEZIA MARATHON DLF



“Progetto Giovani” è un'idea nata per coinvolgere i figli dei nostri associati nello sport che rappresenta la nostra passione: la corsa. Si tratta di un Progetto di Avviamento allo Sport per tutti i bambini tra i sei e gli undici anni.

Contatti

Via XX Settembre, 300 - 19122 La Spezia

tel. 0187 7507146 · 347 4684407 *Lorenzo*

www.speziamarathon.it · espospeziamarathon@gmail.com

ADS SPECTEC DUFERCO CARISPEZIA



Specialità: velocità, ostacoli, salti, marcia, maratona, corsa, lanci, prove multiple, mezzofondo.

Contatti

Via del Carmine, 7 - 19121 La Spezia

tel. 0187 731721 · sp573@fidal.it



**A.S. DIL.
DOPOLAVORO
FERROVIARIO**



Contatti

Via Fossitermi, 1 - 19122 La Spezia
tel. 340 5342531

CRDD LA SPEZIA



Contatti

Piazza d'Armi, 13 - 19100 La Spezia
tel. 0187 517586



A.S.D. PALL. OLIMPIA LA SPEZIA



Contatti

Via Parma, 2 - 19100 La Spezia · tel. 0187 524932

A.DIL. BASKET MAROLA



Contatti

Via G. Mori, 21 - 19132 La Spezia
tel. 0187 731483



**P.G.S.O.
CANALETTO**



Contatti

Via della Pianta, 101 - 19126 La Spezia
tel. 338 9111703

**BASKET
ACCADEMY**



Corsi di mini-basket e "progetto" mini-basket in carrozzina"

Contatti

Viale Italia, 93 - 19100 La Spezia
tel. 339 2894595



A.S.D. SCUOLA BASKET DIEGO BOLOGNA



Organizza corsi di mini-basket dai 5 ai 12 anni e corsi di basket dai 13 ai 20 anni.

Contatti

Via XXIV Maggio, 115 - 19124 La Spezia · tel. 0187925029

Sedi: Palasprint · Via Parma, 2 - La Spezia

Centro sportivo "Le Giraffe" · Via Fossitermi, 2

tel. 33302755453 *Tamara*

G.S. FOSSITERMI A.S.D.



Contatti

Viale Alpi, 1 - 19132 La Spezia

tel. 338 8628428

ATLETIC OLIMPIA VOLLEY



Contatti

Via Sardegna, 14- 19100 La Spezia
tel. 335 1767652

SCUOLA DI PALLAVOLO LA SPEZIA A.S.D.



Corsi di pallavolo.

Contatti

tel. 0187 524333 · segreteria@pallavolospezia.it
Sedi: Palasport Via C. Alberto Federici, 2 · Palestra scolastica Scuola
Media M. Fontana, Via del Canletto, 165 · Palestra scolastica Scuola
Media Statale A Frank, Via Giacomo Leopardi, 3



ASD PALLAVOLO DON BOSCO



Rappresenta una solida realtà sportiva presenta alla Spezia da 33 anni. Corsi di mini-volley 5-anni e corsi di pallavolo 10-18 anni.

Contatti

Viale Garibaldi, 76 - 19122 La Spezia
tel. 339 5933785 *Guani Giancarlo*
pallavolodonbosco_sp@libero.it

CENTRO VOLLEY CANALETTO A.S.D.



Organizza corsi di pallavolo per bambini dai 6 ai 15 anni.

Contatti

Via Bologna, 62 - 19125 La Spezia
tel. 328 9773389 *Mario* · 329 4453375 *Rita*
www.volleycanaletto.it · mario.polla1947@gmail.com

Palestre: Viale Italia c/o ITIS e Via Palmaria c/o Oratorio

CENTRO VOLLEY SPEZIA E LA PALLAVOLO SPEZIA GROUP



Organizza corsi per bambini da 8 anni in su.

Contatti

Via delle Pianazze, 39 - 19100 La Spezia
tel.3481632016 · damianidario@alice.it - 3343672881 *Federico Ciuffardi*
Palestre: Palazzetto dello Sport · Palestra "Incerti" c/o Scuola Media
Fabiano · Palestra c/o Scuola Media Cervi

GS CHIDO PALLAMANO LA SPEZIA



L'Asd GsChiodo Pallamano Spezia, fa attività giovanile, elementari, medie e superiori. Partecipa all'attività promozionali della Figh e attività UISP di Minibasket, basket e Pallavolo.

Contatti

tel. 347 9429487 Prof. *Enzo Sapere* · *esapere@hotmail.com*
Sedi di allenamento: Palestra delle Elementari della Pianta e Palasport di
Brugnato.



S.D.G. SPEZIA PALLAMANO



Corsi di pallamano categorie under 14/16/20 - maschile; under 16/18 - femminile. Neo promossa stagione agonistica 2015/2016 serie A2/maschile. Progetto "crescere giocando insieme" in collaborazione con le Scuole. Organizzazione Torneo "Flavio Bertone Walter" e Beach handball.

Contatti

Sede legale: Via Privata M. Da Passano, 57 - 19126 La Spezia
Campi di gioco: Via Monfalcone, 4 - 19100 La Spezia; Palazzetto dello Sport G. Mariotti, Via C. A. Federici - 19126 La Spezia
tel. 328 8997092 · s.g.speziapallamano@virgilio.it



**GINNASTICA
CANALETTO
NEW STYLE
Ginnastica Artistica**



Corsi per bambini, ragazzi, adulti ginnastica artistica, hip hop, breakdance, modern, classica, zumba. Dai 3 anni in su.

Contatti

Palazzetto dello Sport G. Mariotti, Via C. A. Federici - 19126 La Spezia
tel. 328 5992530 - 338 8571735

**SOCIETÀ
DI GINNASTICA
PRO ITALIA
Ginnastica Artistica**



Una delle società sportive più antiche d'Italia, da oltre 120 anni insegna ginnastica artistica agli oltre 200 bambini iscritti sia a livello agonistico che amatoriale

Contatti

Via Lamarmora, 3



ASD GRUPPO SUB OSPEDALE LA SPEZIA



Corsi Mini Ara 1° 2° 3° – Corsi Mini Apnea 1° 2°. Istruttori in formazione. Mini sub Ara - Apnea da 8 a 13 anni. Corsi per diversamente abili. Rilascio brevetti con valenza internazionale CMAS riconosciuti in tutto il mondo.

Contatti

Viale Fieschi, 40/b

320 361 2270 Rudy

www.gso.laspezia.it · info@gso.laspezia.it

VELO CLUB BOTTAGNA ASD



Settore agonistico a partire dai 7 anni di età.

Contatti

tel. 0187 991247 · 335 1217612 Nippo Vini Fantini

GS TARROS



Attività ciclistica a partire dai 6 anni di età.

Contatti

tel. 335 8171978 · corrado.cozzani@gmail.com
Pista "Bottagna"



FOOTBALL AMERICANO

ASD WOLFPACK



Scuola di football americano.

Contatti

Via Buggi, 104 - 19100 La Spezia

impianti sportivi: Via Melara - La Spezia · Via della Pieve, 41 - 19126 La Spezia · Via Camisano, 187 - Ameglia (SP)

tel. 331 6235341 · fax 0187 015008

www.wolfpack.it · lucianoconte@cdh.it



RUGBY

SCUOLA RUGBY LA SPEZIA



Il Rugby come un insieme di valori e di insegnamenti di vita. Disciplina per tutti i fisici, le abilità, le età.

Contatti

Campo Pieroni - Via della Pieve, 41 - 19126 La Spezia

tel. 333 4535782

<http://scuolarugbyspezia.it>



ARCIERI DEL GOLFO



Corsi di tiro con l'arco personalizzati per bambini dai 9 anni in su. Corsi per disabili. Materiale fornito dalla società.

Contatti

Via Buonviaggio, 47 - 19125 La Spezia - tel. 0187 968118 · fax 0187 516367
349 7804097 Anna · 347 0447492 Giovanni - www.arciерidelgolfo.it



CIRCOLO SCHERMA LA SPEZIA



Corso di psicomotricità per l'infanzia per bambini dai 3 ai 6 anni (piccoli moschettieri).
Corsi di preagonistica dai 6 ai 9 anni. Corsi di scherma dai 9 ai 18 anni.

Contatti

Palazzetto dello Sport G. Mariotti, Via C. A. Federici - 19126 La Spezia
tel. 393 9004091 · 0187 731077 - schermasip@gmail.com

Orari

Tutti i giovedì dalle 16,30 alle 21,00

Migliarinese Cristo Re La Spezia - asdmigliarinese@alice.it

La Pianta 310 - Via della Pianta, 310 · tel. 0187 513193

Padre Dionisio Sporting Club - Via dei Colli, 120 · tel. 0187 770184

ASD New Favaro F.C. - tel. 347 541 6365 · minchella.paolo@libero.it

Spezia Calcio - Via Melara, 91 · tel. 0187 711322

Unione sportiva Don Bosco - Viale S. Bartolomeo · tel. 0187 460433

Centro Calcistico di Base - Via Alpi · tel. 0187 704397

Asd Bonanni Calcio - Via Castrucci , 23 · La Spezia

USD Canaletto Sepor - Via Palmaria, 50 · tel. 0187 524817

Centro Calcistico di Base - Via Alpi · tel. 0187 704397

G.S. Arci Pianazze - Via Amoa, 22 · tel. 0187 980236





Parrocchia Santa Rita - Via Zagora, 25 · tel. 0187 738816

Parrocchia S. Pietro Ap. - P.zza S. Domenico di Guzman · tel. 0187 503116

Parrocchia S. Paolo Apostolo - Via Sardegna, 14 · tel. 0187 501294

Parrocchia S. Maria Goretti - Via Valdellora, 103 · tel. 0187 500854

Parrocchia S. Maria Ass. - P.zza Giulio Beverini · tel. 0187 734831

Parrocchia S. Giovanni Battista - P.zza Giovanni Don Cuffini · tel. 0187 501137

Parrocchia S. Francesco d' Assisi - Via Carlo Mussinelli · tel. 0187 7703395

Parrocchia S. Bernardo Ab. - Via S. Bernardo · tel. 0187 703147

Parrocchia S. Anna - Via dei Pilastri, 28 · tel. 0187 511715

Parrocchia S. Andrea Ap. - Via Sant' Andrea, 71 · tel. 0187 733313

Parrocchia Don Bosco - Via Roma, 128 · tel. 0187 714955

Parrocchia Canaletto - Via Palmaria, 50 · tel. 0187 518079

Chiesa Cattolica Parrocchiale SS. Giovannie Agostino
Vicolo S. Giovanni, 2 · tel. 0187 736196

Chiesa Cattolica Parrocchiale S. Francesco
Via Fossitermi · tel. 0187 703395

Chiesa Cattolica Parrocchiale S. Caterina V.M.
P.zza Chiesa, 2 · tel. 0187 758027

Chiesa Cattolica Parrocchiale di Cristo Re
Via Vittorio Veneto, 85 · tel. 0187 739809



Peti



Via Lunigiana, 229/a · 19121 La Spezia
Tel. 0187503739 · Fax 0187563768 · e-mail: info@cocea.it

In collaborazione con COOPSELIOS COOPERATIVA SOCIALE

Grafica: Walter Bilotta · wbilotta58@gmail.com