



SCGS - corsi di tennis Ph Mauro Simpsi.

📷 IMAGE SPORT

Ripartono i corsi della Canottieri Garda Salò

SALO' - Cresce l'offerta del più antico circolo sportivo del Lago di Garda con una

nuova Tennis Academy. Ecco tutte le proposte.

Di **GardaPost**

Ultimo aggiornamento **Set 12, 2025**

Nuoto, canottaggio, triathlon, vela, fitness, padel e tennis, con una nuova academy realizzata in collaborazione con i maestri del team Next: a settembre ripartono i corsi organizzati dalla **Canottieri Garda Salò** per valorizzare il talento e le attitudini degli sportivi di tutte le età.

Le attività proseguono fino a giugno e si svolgono sotto la guida di allenatori esperti. Da tempo, infatti, il più antico circolo sportivo del Lago di Garda ha scelto di investire nella professionalità del suo staff tecnico, potenziando l'offerta in sei diverse discipline sportive, oltre a corsi fitness a terra e in acqua.

I numeri stanno dando ragione alla società, sempre più centrale nel panorama gardesano ma anche della vicina Valsabbia.

Sono **210.000 gli ingressi** registrati ogni anno alle piscine e oltre **140.000 quelli alle palestre**, mentre diverse migliaia di giovani frequentano i corsi sportivi, che offrono la possibilità di entrare nelle squadre agonistiche Canottieri, impegnate nelle principali gare nazionali e internazionali, con un crescente numero di successi.

I corsi 2025 tra conferme e novità

La novità 2025 viene dal tennis, con la nascita della **SCGS Tennis Academy**, frutto della collaborazione con i maestri FITP del team **Next**. Il nuovo progetto è pensato per accompagnare atleti di ogni età lungo un percorso di crescita completo, dai primi scambi fino alle competizioni più impegnative. Accanto all'attività tecnica, l'Academy integra diversi aspetti della preparazione sportiva: mental coaching, programmi di allenamento funzionale in sala pesi, supporto personalizzato e accompagnamento ai tornei.

Nel **nuoto**, i corsi della Scuola Federale FIN Canottieri prevedono percorsi differenziati per ogni livello: dai corsi dedicati alle gestanti, a quelli baby per i piccoli dai 3 mesi di età, dal perfezionamento per ragazzi e adulti, fino a programmi pre-agonistici guidati da istruttori certificati.

I corsi di **canottaggio** per ragazzi e adulti propongono di avvicinare la disciplina in modo più o meno intenso con lezioni private, uscite in barca, esercizi in palestra e uso della vasca di voga. Ideale anche per chi vuole godersi il lago al tramonto o durante la pausa pranzo.

Dalle prime esperienze in acqua all'approfondimento tecnico per chi vuole competere, l'offerta nella **vela** comprende invece corsi di avviamento per giovani, attività di perfezionamento, uscite in barca con istruttori FIV.

Riconosciuta dalla FITRI come Scuola Federale di secondo livello, la squadra agonistica di **triathlon** della Canottieri è il punto di riferimento per il triathlon gardesano. Il programma di allenamento unisce nuoto, corsa, bici e potenziamento in palestra. Si parte con la squadra

Triathlon Kids (6-13 anni), si passa alla Preagonistica (12-19 anni) per poi arrivare al programma Age Group per adulti.

Infine il **fitness**, con una proposta ampia che va dal cardio-tonic al cross training, dallo yoga al fit pilates e all'acquagym, pensata per ogni età e livello. Oltre agli allenamenti esplosivi come HIIT e Cardio Step, ci sono corsi specifici dedicati agli Over 60 e alle future mamme, con lezioni di 50 minuti ciascuna.

Per informazioni e iscrizioni: info@canottierigarda.it | 0365 43245

Approfondimento: I corsi vela della Canottieri Garda



Salò e il porto SCGS – Ph Mauro Simpsi.