

CORSO DI GINNASTICA

Per la terza età

L'ATTIVITA' FISICA MIGLIORA LA VITA FACCIAMOLA INSIEME

Ginnastica per prevenire o curare i disturbi legati al progredire dell'età quali: i problemi articolari, circolatori e respiratori, l'aumento della pressione e della glicemia, l'osteoporosi



Cogli al volo l'opportunità che ti offre il Comune di Pontenure in collaborazione con l'UISP al solo costo di 50 € se hai almeno 60 anni o di 60 € se non li hai ancora compiuti.

Il corso di 24 lezioni si svolgerà presso la palestra della scuola d'Infanzia di via Galilei nei giorni di **martedì e venerdì** dalle 14:30 alle 15:30

(INIZIO CORSO MARTEDI' 8 OTTOBRE 2019)

ISCRIZIONI PRESSO LA PALESTRA - NON E' RICHiesto IL CERTIFICATO MEDICO E' OBBLIGATORIO L'USO DI SCARPE DA GINNASTICA DA CALZARE IN PALESTRA

INFORMAZIONI C/O L'UFFICIO SPORT

DEL COMUNE DI PONTENURE TEL.0523 - 692040 e UISP 0523/716253

