



Comune di Villaspeciosa
Ufficio Servizi Sociali

Organizza
in collaborazione con
Coop. Laboratorio Sociale



CORSO DI GINNASTICA DOLCE

La ginnastica dolce è un tipo di ginnastica, eseguita lentamente e con movimenti gradualmente e controllati.



Il giorno 3 NOVEMBRE 2016 alle ore 10.30 presso il Centro Culturale “ Parco San Platano” ci sarà una riunione per la presentazione del corso e sarà possibile iscriversi.

IL CORSO INIZIERÀ MARTEDI' 8 NOVEMBRE



Orario: Martedì e Giovedì dalle 10.30 alle 11.30

Periodo : da novembre 2016 a maggio 2017

Sede: Centro Culturale presso Parco San Platano

Istruttrice: Meloni Maria Greca

Contributo per la partecipazione: 7,00 euro al mese

per partecipare al corso è necessario :

- essere residenti a Villaspeciosa;

- avere un'età uguale o superiore ai 60 anni per le donne e ai 65 per gli uomini;*
- presentare il certificato medico attestante l'idoneità fisica.*