

ATTIVITÀ x OVER 60

"ARIA APERTA"

LE CAMMIVATE "ESTIVE" PROSEGUONO ANCHE IN PRIMAVERA E ESTATE! PER RIMANERE IN FORMA FACENDO UNA SANA ATTIVITÀ ALL'ARIA APERTA GUIDATI DA OPERATORI QUALIFICATI!

Quando? martedì - Ritrovo ore 8.30

Dove? Partenza e arrivo in p.zza Matteotti

Quanto costa? € 10



"IN PALESTRA"

IL PROGETTO È RIVOLTO A QUELLE PERSONE CHE HANNO BISOGNO DI UN MIGLIORAMENTO DELLO STILE DI VITA MOTORIO PER RAGGIUNGERE UNA BUONA QUALITÀ DI VITA.

GINNASTICA POSTURALE

Quando?

dal 14 maggio al 30 giugno

Il mercoledì orario 10.00-10.50

Dove? "CAMP" via dolomiti 14

Quanto costa? € 30



"IN PISCINA"

dal 14 maggio al 16 giugno - Maso della Pieve

Corso blu - martedì 9.00-9.50 - € 25

Corso verde - martedì 9.50-10.40 - € 25

dal 14 maggio al 30 giugno - via Fago

Corso bianco - Lunedì 09.00-09.50 - € 30

Venerdì 10.40-11.30 - € 30

dal 11 giugno al 28 luglio - Tonic

Corso bianco - Lunedì 17.15-18.05 - € 35

Venerdì 17.15-18.05 - € 35



ATTIVITÀ x ADULTI

"ARIA APERTA"

UN CORSO DESTINATO A NEO MAMME CHE VOGLIONO FARE ATTIVITÀ ALL'ARIA APERTA CON IL PROPRIO BIMBO. CON LA FASCIA O CON IL PASSEGGINO, DUE PROPOSTE PER TENERSI (O RIMETTERSI) IN FORMA!

Quando?

con passeggino - Parco Petrarca

lunedì - ritrovo ore 10.30

giovedì - ritrovo ore 14.30

con fascia - Parco Mignone

mercoledì - ritrovo ore 10.30

Quanto costa? € 5 a incontro



"IN PISCINA" a Maso della Pieve

AQUAGYM

Quando?

dal 7 al 28.6 - giovedì 12.20-13.10

Quanto costa? € 44 - 4 lezioni

NUOTO intermedi/progrediti

Quando?

dal 4 al 29.6

lunedì e/o mercoledì e/o venerdì

Orari?

9.00-9.50/12.20-13.10/13.10-14.00

Quanto costa? pacchetto "liberi" di:

12 lezioni € 100; 5 lezioni € 50

NUOTO LIBERO

Quando?

Dal 4 al 29.6

lunedì e/o mercoledì e/o venerdì

Orario?

12.20-14.00

Quanto costa?

€ 4 singolo ingresso (minimo 6)

