

Sport al Parco 2018

Programma di iniziative sportive gratuite e all'aperto in
collaborazione con i gruppi sportivi del territorio

ORE	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
6.10	Cammino con bacchette e tonificazione*	Cammino con bacchette e tonificazione*		Cammino con bacchette e tonificazione*	Cammino con bacchette e tonificazione*
6.45			ANUSARA YOGA 6, 20, 27 giugno		
9.00			RISVEGLIO MUSCOLARE 5, 12 giugno		
17.00	DANZA MODERNA PER BAMBINI E RAGAZZI 4 giugno				
18.30	TIRO CON L'ARCO 11 e 25 giugno Cammino con bacchette e tonificazione*	Cammino con bacchette e tonificazione*		Cammino con bacchette e tonificazione*	Cammino con bacchette e tonificazione*
19.15		ANUSARA YOGA 5, 19, 26 giugno			
19.30			YOGA 6, 13, 20, 27 giugno		

* una lezione di prova in un giorno a scelta di giugno

Legenda luoghi: **parco Isola che non c'è** **campo da basket** **parco isola che non c'è** **campo d'atletica**

Tutte le attività sono gratuite e saranno coordinate da istruttori qualificati.
Si consiglia un abbigliamento sportivo e l'utilizzo di un tappetino, stuoia o telo.
Occorre firmare una liberatoria utilizzando il modulo precompilato distribuito dall'istruttore.