

Programma attuato in collaborazione

ASL AL

Gruppo di Progetto



Coordinamento Piano Locale Prevenzione

Dipartimento Strutturale Riabilitazione - Fragilità -
Continuità Assistenziale



UISP

Unione Italiana Sport per Tutti - Comitato Territoriale di AL e AT

L'Attività Fisica Adattata prevede una serie di esercizi non sanitari, sotto forma di corsi diretti da istruttori diplomati ISEF, Laureati in Scienze Motorie o esperti pluriennali del settore.
Frequenza **una o due volte la settimana**

NOVI LIGURE

Palestra JUDO CLUB NOVI- Via Ferrando Aurelio 24/
a

Lunedì/Giovedì ore 15.30/16.30 corso AFA

Lunedì/Giovedì ore 16.30/17.30 corso di Ginnastica dolce

Palestra Scuola Primaria "PASCOLI" C.so Italia, 56

Lunedì/Giovedì ore 17.50/18.50 - Corso AFA

Per contatti : cell. 339.3863812

NOVI LIGURE

Palestra "FORZA & VIRTU'" - Via Carducci, 8

Lunedì/Giovedì ore 15.15/16.15 corso AFA

Palestra "CENTRO DANZA DI ROBERTA BORELLO"
Corso Piave, 2 (int. Circolo ILVA)

Martedì/Giovedì ore 09.15/10.15 corso AFA

Per contatti : cell. 347.0130628

CASALE MONFERRATO

Palestra OSPEDALE "SANTO SPIRITO"

V.le Giolitti, 2

Martedì/Venerdì ore 17.00/18.00 - 18.00/19.00
corso AFA

Per contatti : cell. 339.3863812

ALESSANDRIA:

Circolo SOMS - quartiere Cristo

C.so Acqui, 156

Martedì/Giovedì 9.30/10.30 corso AFA

Palestra "MAGIK DANCING" Circolo Thelma

Via Boves, 3

Mercoledì ore 18.00/19.00 corso AFA

Per contatti : cell. 339.3863812

Per accedere ai corsi è necessario presentare Certificato Medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica

Per INFO:

UISP

Tel. 0131 253265

Cell. 328 2755515

Sito web: www.uisp.it/alessandria



guadagnare salute

rendere facili le scelte salutari