



**Comitato Territoriale  
 UISP Ciriè Settimo Chivasso**

**ATTIVITÀ FISICA ADATTATA**

Esercizi fisici per mantenere e migliorare le possibilità di movimento.

Se soffrite di:

- mal di schiena
- conseguenze di forzata immobilità
- rigidità e dolori alle articolazioni

potrete stare meglio con l'Attività Fisica Adattata (AFA): chiedete informazioni su questa attività ginnica svolta con istruttori qualificati al vostro medico di fiducia oppure telefonate al

**n° 0118006882**

La prima lezione è gratuita per conoscere l'attività; si potranno poi frequentare corsi bisettimanali con modica spesa e tessera UISP.

I corsi, con frequenza bisettimanale si tengono anche a Borgaro grazie alla collaborazione della Casa di Riposo "Casa Mia".

Palestra di fisioterapia della Casa di Riposo "CASA MIA",

V. Santa Cristina 19

Martedì 15.00 - 15.45

Venerdì 9.00 - 9.45

Il costo dei corsi è di 2€ a lezione da pagarsi mensilmente, più 5€ annuali di tessera UISP, che comprende l'assicurazione.



**6^ FESTA IN DANZA DI FINE ESTATE E**

**MOVE WEEK 2013**

La crew hip hop, della scuola danza Dancemania di Borgaro, si è esibita in due occasioni, entrambe di grande richiamo, il 29 Settembre scorso, alla Festa in Danza di Fine Estate, sul palco di Villa Remmert di Ciriè e domenica 13 ottobre, in Piazza S. Carlo a Torino, in occasione di Move Week. Si tratta di una settimana dedicata al movimento, svoltasi in più città contemporaneamente, organizzata dall'associazione internazionale ISCA. Il Comitato Territoriale era presente per far conoscere le sue iniziative di punta.



**DANZA**

Riprendono presso il Palazzetto dello Sport di Borgaro, i corsi di *Dancemania* per bambini e ragazzi che vogliono appassionarsi alla Danza Classica o all'Hip Hop!

Ti aspettiamo!

**UISP**  
**sportpertutti**  
 Comitato di Ciriè Settimo Chivasso  
 PRESENTA

*Dance Mania*  
**Corsi di Danza Classica**  
 Primi passi, dai 4 anni  
 Propedeutica e Danza, dai 7 anni

**Corsi di Hip Hop**  
 New style – Popping – Locking – House  
 Piccoli, dai 7 anni - Grandi, dai 14 anni

**Presso il Palazzetto dello Sport di Borgaro**

**Informazioni e iscrizioni presso le segreterie  
 del Palazzetto (011 4500699)  
 del Comitato UISP (011 9203302)**

**LEZIONE DI PROVA GRATUITA  
 PRESENTANDO QUESTO INVITO**