



Comune
S.Giacomo S.te

UISP
sportpertutti
Comitato di Modena

Progetto
Benessere
Uisp

ATTIVITA' MOTORIA in palestra per Adulti e Over60

*Le lezioni si terranno presso la
palestra delle scuole in Via dello Sport*

OVER60

Lunedì e Giovedì ore 16,30/17,30

ADULTI

Lunedì e Mercoledì ore 20,00/21,00



Insegnante Marina BULGARELLI

L'attività ha come obiettivi: l'integrazione della persona nel tessuto sociale; ritardare il più possibile i processi di invecchiamento; favorire il recupero funzionale e il mantenimento delle capacità psicofisiche dell'individuo. L'esercizio fisico è uno degli strumenti più efficaci per mantenersi in buona salute e conservare il proprio equilibrio anche in età avanzata.

Costo € 65,00 bimestrale + tessera UISP di € 8,00

**Per informazioni ed iscrizioni
Benessere Uisp Modena**

Via IV Novembre 40/h - Tel 059 348817 - benessere@uispmodena.it

Lunedì e Mercoledì dalle 9 alle 12

Venerdì dalle 14,30 alle 18,30

oppure 0376/616101 LUCIA FONTANA