

in collaborazione con



UISP
aps
sportpertutti
Comitato di Reggio Emilia

Ottobre Novembre

DINAMICA GYM

La ginnastica che rigenera

7 Incontri dal 2 Ottobre 2024 al 13 Novembre 2024

TUTTI I MERCOLEDÌ

dalle 18:30 alle 19:30

Presso l'area verde di San Faustino di fronte agli spogliatoi

Dinamica Gym camminata sportiva itinerante di un'ora e trenta che si snoderà tra le aree verdi di SAN FAUSTINO, FONTANA E RUBIERA, in cui ai benefici cardiovascolari della camminata, si abbineranno esercizi di mobilità e tonificazione per tutto il corpo, anche con l'uso di piccoli attrezzi.

MINIMO 6 ISCRITTI MASSIMO 15

Istruttore qualificato: Prof.ssa Katia Silingardi

L'attività è prevista anche in caso di debole maltempo

COSTO 50.00 € +10 euro Tessera Uisp per chi non ne fosse già in possesso

ISCRIZIONI TRAMITE BONIFICO/IBAN

IT 35 Q 01030 12805 000000022578

In descrizione al bonifico scrivere: Nome/Cognome/dinamicagym sanfao
Spedire la ricevuta del B/B entro il 25 Settembre via mail a e.iotti@uispre.it successivamente riceverai una scheda da compilare per completare l'iscrizione.

È possibile iscriversi anche a corso iniziato.

Attività rivolta ai soci UISP

INFO: tel. 0522 267203 mail e.iotti@uispre.it

**CERTIFICATO MEDICO
OBBLIGATORIO**



SCOPRI LA CONVENZIONE
PER I SOCI UISP CON IL CENTRO
MEDICO PRIVATO
LAZZARO SPALLANZANI

[CLICCA QUI](#)

