

## REGOLAMENTO PER LA PARTECIPAZIONE AI CORSI

Le eventuali direttive COVID che saranno emanate per il prossimo anno Vi saranno comunicate con l'inizio delle attività al momento di inizio attività in palestra

Per precauzione consigliamo

- 1 - di disinfettare le mani sia in entrata che in uscita
- 2 - Preferibilmente arrivare in palestra già in tenuta sportiva in modo da non doversi cambiare, mentre è obbligatorio il cambio delle scarpe che devono essere usate solo per l'attività sportiva
- 3 - Sarà possibile utilizzare gli spogliatoi, e i bagni ma per la sicurezza di ciascun partecipante Vi invitiamo a continuare con le precauzioni fin qui adottate con COVID
- 4 - Chiediamo la collaborazione di ciascun partecipante per la sanificazione del posto di cambio scarpe e deposito borse.
- 5 - Per agevolare la partecipazione diamo la possibilità di effettuare pagamenti anche trimestrali e mensili, ma è preferibile effettuare la quota annuale; i costi relativi ai pagamenti trimestrali e mensili saranno ad un costo maggiorato e Vi saranno comunicati dall'operatore.

in caso di ritiro per problemi di salute, sarà restituita la quota per i mesi non frequentati solo presentando il certificato medico

Per ogni ulteriore informazione contattare le referenti ai corsi:

Carla Lovato cell. 3398286865  
Michela Zorzanello cell. 3498064105



## **CORSI DI ATTIVITA' MOTORIA NEL COMUNE DI ARCUGNANO**

**PERIODO  
SETTEMBRE 2022 - GIUGNO 2023**



### SEDE: PALESTRA DI TORRI DI ARCUGNANO

Corso: **GINNASTICA POSTURALE E PILATES SENIOR**

Con Carla Lovato

- martedì dalle ore 16:00
- giovedì dalle ore 15:00

Corso: **FITNESS, TONIFICAZIONE E PILAT LADY**

Con Carla Lovato

- martedì dalle ore 18:00
- giovedì dalle ore 18:00

Corso: **FITNESS, GINNASTICA FUNZIONALE E TONIFICAZIONE**

Con Michela Zorzanello

- martedì dalle ore 19:00
- giovedì dalle ore 19:00

### SEDE: PALESTRA TORRI/MISTRORIGO ARCUGNANO

Corso: **GINNASTICA POSTURALE E PILATES**

Con Carla Lovato

- martedì dalle ore 17:00 palestra Torri
- giovedì dalle ore 17:00 palestra Mistrorigo

### SEDE: EX SCUOLA ELEMENTARE DI PERAROLO

Corso: **GINNASTICA POSTURALE E PILATES**

Con Carla Lovato

- martedì dalle ore 15:00
- giovedì dalle ore 16:00

### COSTI ED ISCRIZIONI

**DAL 20 AL 29 SETTEMBRE LA PARTECIPAZIONE E' GRATUITA PER TUTTI I PARTECIPANTI.**

L'attività si svolgerà all'aperto, contattare il referente del corso per conoscere il luogo dell'incontro. Durante questo periodo si possono richiedere informazioni, presentare il Modulo di iscrizione, ed effettuare il pagamento con le modalità scelta.

**COSTI:**

frequenza	costi anno
2 volte settimana	annuo € 150
1 volta settimana	annuo € 110

quota annua per PERAROLO da pagare in unica rata

Il pagamento deve essere anticipato preferibilmente a mezzo bonifico bancario intestato a: **UISP Comitato Vicenza**  
Banca del Centroveneto IBAN:IT97D0859088331000081038071  
(causale attività motoria 2022/2023 e nome del partecipante)

### UISP COMITATO VICENZA ATTIVITA' NEL COMUNE DI ARCUGNANO

#### SEDE: TENSOSTRUTTURA - SEDE DELLE ASSOCIAZIONI

**CORSI DI PILATES CLASSICO PER LA SCHIENA E TONIC PILATES**

Lunedì: 12:15 SEDE ASSOCIAZIONI (in caso di bel tempo all'aperto)

Lunedì: 19:00 TENSOSTRUTTURA

Giovedì: 18:00 SEDE ASSOCIAZIONI

#### FITWALKING

Fitwalking - attività all'aperto

venerdì: 8:30 (ritrovo da concordare)

Info e Costi: Michela Zorzanello - cell. 3498064105