

# attività in palestra **OVER 60**

**dal 26/09/22 al 1/06/23**

## **GINNASTICA DOLCE**

Attività motoria nella quale prevalgono movimenti lenti e graduali, eseguiti a corpo libero o con piccoli attrezzi, senza richiedere uno sforzo particolare a chi la pratica.

### **Via Risorgimento - Insegnante: ANNA**

Lunedì e Giovedì 9:30 – 10:15 / 10:30 – 11:15

### **Via Trieste - Insegnante: ALESSANDRO**

Lunedì e Giovedì 16:15 – 17:00 / 17:10 – 17:55

### **Via Bezzeca (Sesto U.) - Insegnante: ANNA**

Martedì e Venerdì 18:00 – 18:45

**1° rata € 120,00 entro 20/09/22**

**2° rata € 120,00 entro 10/01/23**

Le iscrizioni si riceveranno dal 12/09 al 14/09/22 dalle ore 9:30 alle ore 12:00 presso la segreteria della piscina di via Risorgimento 15. Successivamente le iscrizioni si riceveranno presso gli uffici della Polisportiva San Giuliano - via Cavour 32/a dal lunedì al venerdì dalle 16:00 alle 19:00.

**TUTTI GLI ISCRITTI DOVRANNO AGGIUNGERE ALLA PRIMA RATA UNA QUOTA PARI A €20 COMPRESIVA DI ISCRIZIONE, TESSERAMENTO, ASSICURAZIONE E DIRITTI DI SEGRETERIA.**