

CORSO DI GINNASTICA MOTORIA/POSTURALE STAGIONE 2020/2021

Il Corso di ginnastica motoria/posturale, è rivolta ai cittadini residenti over 50. E' un'attività ludico-motoria effettuata con movimenti dolci, allungamenti muscolari, mobilizzazioni articolari e posture statiche/dinamiche, svolta un'ora a settimana nel periodo compreso tra il Lunedì 7 Settembre 2020 ed il Lunedì 17 maggio 2021.

Insegnante del Corso sarà il Dott. Sergio Monachino, Laureato in Scienze Motorie, Massoterapista, specializzato in riequilibrio posturale.

GIORNO, LUOGO ED ORARI DEL CORSO

Il Lunedì dalle ore 14 30 alle 15 30 o dalle 15 30 alle 16 30 (con numero adeguato di iscritti).

Ad UGGIATE TREVANO presso la palestra di VIA ROMA N° 16.

L'inizio delle lezioni è fissato per il giorno **Lunedì 7 Settembre 2020 e terminerà Lunedì 17/05/2021.**

Le lezioni del mese di Settembre verranno svolte con orario unico 14 30/15 30 al termine delle quali verranno effettuate le iscrizioni al Corso.

Il costo per l'intero anno sarà di € 135,00 euro.

Il pagamento dovrà essere effettuato al momento dell'iscrizione stessa.

Per ulteriori informazioni è possibile contattare direttamente l'Insegnante :

➤ Dott. Sergio Monachino : Tel: 338/11.63.651.

➤ e mail : monachinosergio@virgilio.it
