



**CORSO DI ATTIVITÀ MOTORIA RISERVATO AI DIPENDENTI ASL CN2**



Una proposta motoria senza età,  
utile **PERTUTTI**:  
per chi vuole riscoprire il proprio corpo e  
per chi vuole continuare a tenerlo in forma,  
per chi invece lo vuole migliorare,  
tonificare, potenziarne la muscolatura e  
per chi invece vorrebbe riabilitarlo.

Personale qualificato vi proporrà l'attività  
più utile per voi, partendo da movimenti  
dolci fino ad arrivare ad una ginnastica più  
grintosa nel rispetto delle possibilità e dei  
ritmi di ognuno.

**INIZIO CORSI: 16 OTTOBRE**

Il corso si attiverà con almeno 10 persone



**CORSO ANNUALE**

dal 16 ottobre al 31 maggio  
*(calendario lezioni da ritirare in segreteria)*

**ORARIO**

Martedì e/o Giovedì dalle 17.50 alle 18.40

**COSTO ANNUALE**

monosettimanale € 80, bisettimanale € 110  
Tessera associativa UISP 2013: € 15

**PALESTRA STRADACROSSASSA** gestione *UISP*

Strada Crosassa, 23 – 12042 Bra (Cn) - Tel. 0172.43.20.95 – [palestra@uispbra.it](mailto:palestra@uispbra.it)

**WWW.UISP.IT/BRA**



