

BENESSERE IN MOVIMENTO

"Active Ageing"

per una vita serena e autonoma



CORSI DI GINNASTICA "DOLCE" PER OVER 60 (FEB-APR 2023)

12 lezioni

Frequenza settimanale

Durata complessiva di **3 mesi**

Massimo di 15- 20 persone

Lezioni a cura di

docenti di scienze motorie

Dotazione di attrezzi sportivi

Informazioni e iscrizioni, su

www.anteaslecco.it

oppure al numero

0341 1880777



con il contributo di:



**FONDAZIONE
COMUNITARIA
DEL LECCHESE
ONLUS**

BENESSERE IN MOVIMENTO

**CORSI DI GINNASTICA
“DOLCE”PER OVER 60**



<p>Sede:</p> <p>Salone Oratorio San Giovanni</p> <p>Via Don Antonio Invernizzi, 2 (Lecco)</p> <p>Data di inizio: 15/02/2023</p> <p>MERCOLEDI' MATTINA</p> <p>1 - dalle 9.30 alle 10.30</p>	<p>Sede:</p> <p>Oratorio di Pescarenico</p> <p>Via Guado 4 (Lecco)</p> <p>Data di inizio: 06/02/2023</p> <p>LUNEDI' POMERIGGIO</p> <p>1 - dalle 15 alle 16 2 - dalle 16 alle 17</p>
---	--

Per partecipare ai corsi di ginnastica è sufficiente presentare un certificato medico di buona salute e disporre di un tappetino / stuoia ad uso personale; chi ne fosse sprovvisto può farne richiesta ad Anteas Lecco.

L'iscrizione prevede la tessera associativa Anteas Lecco e le coperture assicurative infortuni. Si può sostenere il progetto con una erogazione liberale.

I volontari di Anteas Lecco sono a disposizione per chi avesse l'esigenza di trasporto e accompagnamento dalla propria abitazione alle sedi del corso.

Per informazioni e iscrizioni, consulta il sito www.anteaslecco.it

e compila l'apposito modulo

oppure telefona al numero **0341 1880777**