



————— *Comune di Sondrio* —————

**AGLI ORGANI
D'INFORMAZIONE**

COMUNICATO n. 1
del 02.01.2018

CORSI DI ATTIVITA' MOTORIA.

Da **martedì 9 gennaio a venerdì 2 febbraio 2018** sarà possibile iscriversi al **2° MODULO del CORSO DI ATTIVITÀ MOTORIA** organizzato dal Comune di Sondrio e riservato alle persone **ultrasessantenni**, con possibilità di riserva subordinata alla disponibilità di posti per le persone con età compresa tra i 55 e 59 anni.

Sono corsi di ginnastica dolce, adatti alle persone anziane, che aiutano a prevenire le disfunzioni motorie causate dalla sedentarietà e che integrano le attività e i comportamenti “virtuosi” che ciascuno già realizza al fine di migliorare il proprio stato psico-fisico.

Il modulo prevede 26 lezioni con frequenza bisettimanale.

DURATA DEL 2° CORSO: 12 febbraio - 24 maggio 2018

Le lezioni si terranno presso la palestra del Comando Provinciale Vigili del Fuoco di Sondrio, sita in Via Giuliani, nei seguenti giorni e orari:

LUNEDI' - GIOVEDI'	dalle 08.30 - alle 09.30
	dalle 09.30 - alle 10.30
	dalle 10.30 - alle 11.30

MARTEDI' - VENERDI' dalle 08.30 - alle 09.30
 dalle 09.30 - alle 10.30
 dalle 10.30 - alle 11.30

Dal 9 gennaio al 2 febbraio 2018 sarà possibile iscriversi al 2° MODULO DEL CORSO.

Per informazioni e iscrizioni:

UFFICIO RELAZIONI CON IL PUBBLICO - Piazza Campello, 1 - tel. 0342526311 o
0342526312

Orario apertura ufficio: lunedì-martedì-giovedì-venerdì 9.00/12.00 -14.30/16.30 e mercoledì
8.30/12.30 e 13.30/17.30.

Il modello di domanda è disponibile presso il medesimo Ufficio oppure è scaricabile dal sito
web comunale www.comune.sondrio.it

La quota di partecipazione al 2° modulo del corso è pari a € 65,00.