

COMUNE DI CENE



CORSO DI GINNASTICA IDRICA OVER 60

L'amministrazione comunale di Cene,

allo scopo di promuovere la pratica sportiva e la prevenzione di patologie cardiovascolari, organizza in collaborazione con il Centro Sportivo di Casnigo un corso di ginnastica in acqua denominata GINNASTICA IDRICA.

Le proprietà benefiche dell'acqua consentono a chi pratica questa attività di tonificare tutta la muscolatura ed incrementare le proprie capacità aerobiche, mantenendo in scarico tutte le strutture articolari.

Il corso di ginnastica in acqua si svolgerà il mercoledì mattina dalle ore 10;30 alle ore 11;15, avrà una durata di 10 settimane ed inizierà il 24 febbraio.

Per la realizzazione del corso è necessario raggiungere il numero minimo di 15 iscritti che abbiano compiuto i 60 anni.

Il costo del corso è di 50 € comprensivo di numero 10 lezioni di ginnastica in acqua e trasporto verso il centro sportivo di Casnigo.

E' necessario il certificato medico.

Per informazioni ed iscrizioni è possibile rivolgersi presso l'ufficio "Servizi alla persona" presente in comune (tel 035718111).

Assessore allo sport

Chiappa Roberto