



COMUNE DI MONTASOLA

PROVINCIA DI RIETI

P.zza S. Pietro, 1 - 02040 Montasola (RI) - Tel. 0746/675177 - Cod. Fisc.: 0011190575
mail: affarigenerali@comune.montasola.ri.it - pec: segreteria.montasola.ri@legalmail.it



CORSO DI GINNASTICA DOLCE ANNO 2023

AWISO

L'Amministrazione del Comune di Montasola, in collaborazione con UISP e Il Canto del Gallo, intende organizzare un corso di **GINNASTICA DOLCE** dedicato alle persone di ogni età. Tale corso si svolgerà nel periodo maggio - luglio 2023.

E' previsto un costo mensile a persona di € 50,00, ridotto ad € 35,00 grazie al contributo indiretto dell'Amministrazione Comunale che mette a disposizione gratuita i locali e/o i luoghi per la pratica di tale attività sportiva.

Gli esercizi consigliati e praticati sono semplici e non esercitano un impatto elevato sul corpo e sulle articolazioni, recando molteplici benefici quali: tonificazione generale del corpo, correzione di posture scorrette, maggiore flessibilità, benessere mentale e benefici all'apparato cardio-circolatorio e respiratorio.

**LE ADESIONI DOVRANNO PERVENIRE AL TITOLARE DE "IL CANTO DEL GALLO"
CHIAMANDO IL N. 3388045609 ENTRO IL 30.04.2023.**

Il Consigliere ai Servizi Sociali
Sofia Fiorentini

Il Consigliere ai Servizi Sociali
Veronica Giani Contini