

Ginnastica



Hatha Yoga



Pilates



Tai chi

CORSI GENNAIO - MARZO 2022

CORSO	GIORNATE	ORARIO	DURATA CORSI
GINNASTICA PER LA MENTE	LUNEDI'-GIOVEDI'	ORE 9:00 – 10:00	DAL 10/01/22 AL 31/03/22
GINNASTICA DOLCE E PER OSTEOPOROSI	LUNEDI'-GIOVEDI'	ORE 10:00 – 11:00	DAL 10/01/22 AL 31/03/22
GINNASTICA DOLCE E PER OSTEOPOROSI	LUNEDI'-GIOVEDI'	ORE 11:00 – 12:00	DAL 10/01/22 AL 31/03/22
HATHA YOGA	LUNEDI'-GIOVEDI'	ORE 17:40 – 18:55	DAL 10/01/22 AL 31/03/22
PILATES	MARTEDI' -VENERDI'	ORE 17:20 – 18:20	DAL 11/01/22 AL 01/04/22
PILATES	MARTEDI' -VENERDI'	ORE 18:30 – 19:30	DAL 11/01/22 AL 01/04/22
TAI CHI	MERCOLEDI'	ORE 15:00 – 17:00	DAL 12/01/22 AL 30/03/22

Iscrizioni: a partire dal **3 GENNAIO 2022** presso la Segreteria del Centro Sociale L'AIRONE, aperta nei giorni LU-MAR-MER-GIO-VEN ore 9:00-11:30 e nei giorni **03 - 10 Gennaio anche dalle ore 18:00 alle 20:30**

Il numero min. di iscritti è di 15 il max. di 20 per corso. **IMPORTANTE:** i corsi sono rivolti ai soli iscritti ANCeSCAO, con tessera 2022 valida. **MUNITI DI GREEN PASS RAFFORZATO OBBLIGATORIO E MASCHERINA FFP2**

Prendere visione del "REGOLAMENTO PER GLI ISCRITTI AI CORSI "



Centro sociale culturale

L'Airone APS
Castenaso

Via Marconi, 14 - Tel. 051 6049123

