



Comune di
PAsian di Prato

PAsian di Prato in movimento



*Inizio
6 maggio*



GINNASTICA DOLCE AL PARCO

16 INCONTRI

di attività leggera e movimenti fluidi con l'obiettivo di migliorare la mobilità delle articolazioni, l'equilibrio e l'elasticità muscolare a cui si aggiunge il benessere dello stare all'aria aperta.

- 1. Colloredo di Prato : Area verde davanti Chiesa dei Roveri
martedì e giovedì dalle ore 17 alle ore 18**
- 2. PAsian di Prato: Parco Missio
lunedì e giovedì dalle ore 9 alle ore 10**

QUOTA DI ISCRIZIONE: € 22,00

Le iscrizioni si raccolgono presso:

- Palazzetto dello Sport "M. Vecchiato" di PAsian di Prato **il lunedì e il giovedì dalle ore 11 alle ore 11:15.**
- Palestra della scuola media di PAsian di Prato **il martedì ed il giovedì dalle ore 14:45 alle ore 15.**

Documentazione da presentare all'atto dell'iscrizione:

1. Fotocopia della ricevuta della quota di iscrizione da versare presso la Banca Friuladria—via Villalta n. 6/1—Passons.
2. Certificato medico in corso di validità.

Per ulteriori informazioni rivolgersi al Servizio Amministrativo Sociale del Comune di PAsian di Prato (0432 645981).

...CONTINUANO I GRUPPI DI CAMMINO

Camminare è un'attività piacevole, naturale e sana, particolarmente benefica per l'apparato muscolo-scheletrico, il sistema cardio-circolatorio e l'apparato respiratorio. Se praticato con continuità e costanza, riattiva il metabolismo e produce effetti positivi per il corpo e per la mente, aiutando a prevenire obesità, diabete, ipertensione e osteoporosi.

Camminare è un modo per rilassarsi e allontanare lo stress e, oltre a migliorare la condizione psicofisica generale, permette di stare in compagnia e di conoscere meglio il nostro territorio.

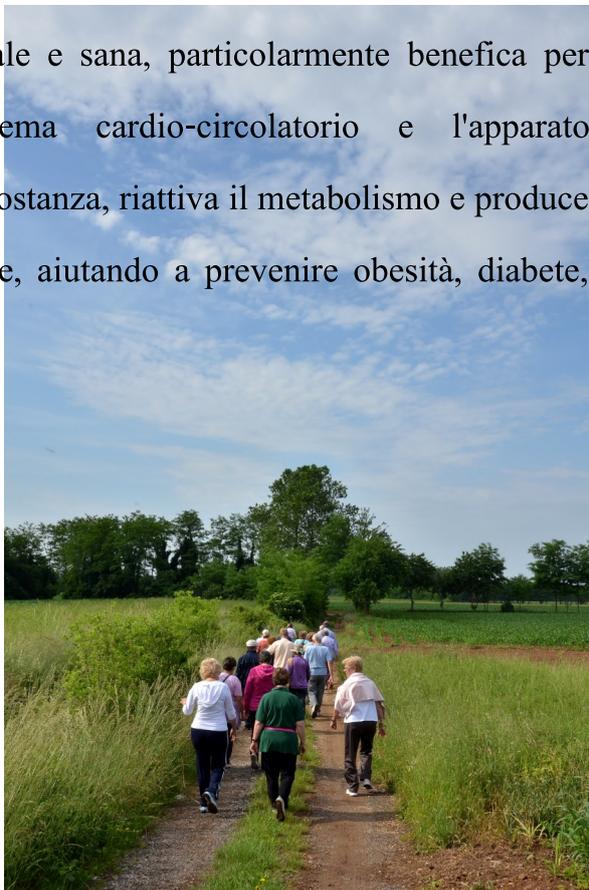


Foto di Roberto Turiz gruppi di cammino Pasion di Prato maggio 2012

dal 6 maggio, con i seguenti orari:

- Ritrovo al Parco Missio di Pasion di Prato: **Martedì ore 8:30**
- Ritrovo al Parco degli Alpini-via Colloredo-Pasion di Prato: **Venerdì ore 8:30**
- Ritrovo al Parco Azzurro di Passons : **Mercoledì e Sabato ore 9:00**