



COMUNE DI CASALEONE

Assessorato ai Servizi Sociali alle Politiche della Terza Età
Salute e Benessere

organizzano

Corsi di ginnastica dolce

presso il Centro Fisioterapeutico
del Centro Diurno "Arcobaleno"

tutti i martedì e giovedì a partire dal 6 Novembre 2018
dalle ore 09,00 alle ore 10,00.

I BENEFICI:

- Esercizio fisico morbido e controllato
- Raggiungimento del tono-trofismo muscolare senza carichi
- Mobilità fluida delle articolazioni
- Elasticità del corpo
- Socializzazione



A CHI SI RIVOLGE:

- A tutte le persone che intendono fare esercizio fisico dolcemente e senza sforzi
- Con predilezione over '60

I corsi saranno seguiti dalla Dott.ssa Monica Malvezzi.

Per prenotazioni e informazioni

telefonare al nr. **0442328715**

nei giorni di Lunedì e Mercoledì dalle ore 15.00 alle ore 18.00.

Il Consigliere Delegato
Nicola Leardini

Assessore alla terza Età
Luciana Contarelli

Assessore ai Servizi Sociali
Stefano Cagalli

Il Sindaco
Andrea Gennari