

GRUPPO ANZIANI COLDRERIO

Ginnastica Pro Senectute 2017/2018



Comune di Coldrerio
www.coldrerio.ch
cancelleria@coldrerio.ch
Tel. 091 646 15 84 - Fax 091 646 81 03

Scopo: I corsi hanno lo scopo di mantenere attive le persone anziane, assicurare autonomia il più a lungo possibile, migliorare il portamento, la scioltezza, la mobilità del corpo, conservare i riflessi e non da ultimo di rafforzare il contesto psicologico individuale e collettivo.

Chi può partecipare: Possono partecipare tutte le persone di età superiore ai 55 anni. Possono essere ammesse persone più giovani che presentano dei problemi particolari, attestati con certificazione medica. In caso di infortunio risponde l'assicurazione personale.

Programma: da settembre a maggio seguendo il calendario scolastico.

Luogo: Le lezioni sono tenute presso la palestra comunale tutti i lunedì pomeriggio dalle ore 16.25 alle ore 17.15.

Prima seduta lunedì 04.09.2017

Costi: il Municipio ha mantenuto anche per l'anno 2017/2018 la quota mensile di CHF 8.00 a carico del partecipante. Il pagamento deve essere effettuato alle monitrici all'inizio di ogni mese.

Informazioni: Cancelleria Comunale ☎ 091/646.15.84

Monitrici: Maurizia Solcà ☎ 091/646.44.09
Gabriella Corti ☎ 091/646.35.30

Iscrizioni: direttamente alle monitrici durante la prima seduta.

Sicuri che l'iniziativa incontrerà entusiasmo e partecipazione, cordialmente.

Coldrerio, agosto 2017

Il Municipio



Coldrerio *INFORMA*

Nome: Cognome:

Indirizzo:

Telefono: Anno di nascita:

Firma: