



ARCOBALENORIAGO MIRANESE

A.p.d.
Oriago di Mira
VENEZIA

ARCOBALENORIAGO MIRANESE

ARCOBALENORIAGO MIRANESE A.P.D.

Comunica

Che dal primo Ottobre 2024 ripartiranno i corsi di **ATTIVITÀ MOTORIA per ADULTI** e per la **TERZA ETÀ** nella **palestra della scuola secondaria di primo grado "Alighieri"** in via Lago di Lecco 17 a Oriago.

Orari:

- **Corso pomeridiano adulti:** lunedì, mercoledì, venerdì dalle ore 14.30 alle ore 15.30;
- **Corso terza età:** lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 15.30 alle ore 16.30;
- **Corso serale adulti:** lunedì e giovedì dalle ore 19.15 alle ore 20.15.

Si possono effettuare delle **prove gratuite**.

Per accedere alle attività è **obbligatorio presentare il certificato medico sportivo non agonistico**.

È possibile frequentare un corso di **ATTIVITÀ MOTORIA per ADULTI** anche presso la palestra della scuola secondaria di primo grado "Einaudi" in via Boito a Malcontenta al lunedì e venerdì dalle ore 15 alle ore 16.

NUOVO CORSO: GINNASTICA PER LA SALUTE CON TECNICHE YOGA da ottobre al mercoledì dalle ore 14.30 alle ore 16.00 presso la palestra della scuola media "Gino Strada" ex Einaudi.

È possibile effettuare una prova gratuita mercoledì 2 ottobre con **Prenotazione Obbligatoria**.

Per info telefonare al 041472453 o al 3385968001 e potete seguirci in Facebook, Instagram e nel sito della polisportiva.





**NUOVI CORSI DI
GINNASTICA
PER ADULTI e TERZA ETA'**



Presso la scuola media in Via Iago di Lecco Oriago
L'Associazione Polisportiva Dilettantistica
ARCOBALENORIAGO MIRANESE A.P.D.
organizza per la stagione 2024/25 corsi di
ATTIVITA' MOTORIA PER ADULTI E TERZA ETA'

**PROMUOVIAMO INSIEME IL MOVIMENTO
COME STILE DI VITA SANO E ATTIVO**

GINNASTICA per ADULTI
• POMERIGGIO
Lunedì Mercoledì e Venerdì
Dalle ore 14:30 alle 15:30

I corsi inizieranno
Mercoledì 2 Ottobre
SE NON CI CONOSCI VI
ASPETTIAMO PER UNA
PROVA GRATUITA

GINNASTICA per ADULTI
• SERALE
Lunedì Giovedì
Dalle ore 19:15 alle 20:15

GINNASTICA TERZA ETA'
• POMERIGGIO
Lunedì Mercoledì e Venerdì
Dalle ore 15:30 alle 16:30

www.asduisparcobaleno.it

Per informazioni :

cell. 3385968001

