

ATTIVITA' FISICA ADATTATA

nei comuni di Bollengo, Borgiallo, Caluso, Castellamonte, Cuorgnè, Ivrea, Locana, Maglione, Rivarolo, Salassa, Vidracco e Valchiusa.



Nel centro vengono attivati programmi di prevenzione con l'esecuzione di esercizi mirati al miglioramento delle sofferenze muscolo scheletriche con particolare attenzione alle patologie della colonna vertebrale.

Non si tratta di riabilitazione che è invece prescritta ed eseguita nell'ambito del SSN, ma di prevenzione.

L'attività è organizzata in moduli di 20 lezioni di 1 ora. Quote di partecipazione per ogni singolo modulo 44 € più iscrizione annuale UISP.

Informazioni e iscrizioni, tel: 3406743656 – 3423751117

BOLLENGO	Salone Comunale piazza Statuto 1	lunedì, giovedì ore 9 - 11
BORGIALLO	Centro Culturale piazza Trucano	venerdì ore 9 - 10
CALUSO	Palestrina ex Asilo Nido via Mattiolo	martedì ore 9 - 12 e 17.30 - 18.30 venerdì ore 9 - 12 e 17.30 - 18.30
CASTELLAMONTE	Presso Palestra Oratorio Parrocchiale "La Rotonda"	lunedì, mercoledì ore 8.30 - 11.30
CUORGNE'	Sala Polivalente cortile municipio	lunedì, mercoledì ore 8.30 - 12.30
IVREA	Palestra c.ton Vesco viale Liberazione	martedì, venerdì ore 9 - 12 mercoledì ore 9 - 11
	Palestra Jervis via San Nazario	lunedì ore 9 - 12 e 17 - 19 giovedì ore 9 - 12 e 17 - 19
	Serale palestre Jervis e C.ton Vesco	lunedì Jervis ore 19 - 20 mercoledì C.ton Vesco ore 19 - 20
	Bellavista Centro Civico piazza 1 maggio	martedì, giovedì ore 10.45 - 11.45
LOCANA	Saletta Polifunzionale Vecchio Mulino via del Ponte	giovedì ore 9.30 - 10.30
MAGLIONE	Sala Consiglio Comunale Piazza XX settembre	Lunedì, mercoledì ore 9 - 11
RIVAROLO	Centro d'Incontro Villa San Giuseppe vicolo Castello 1	martedì, venerdì ore 8.30 - 11.30
SALASSA	Palestra Comunale via Rivarotta 2	lunedì, venerdì ore 16.30 - 17.30
VIDRACCO	Salone Pluriuso Comune Vidracco	martedì, giovedì ore 9 - 10
VALCHIUSA	Palestra Scuola Media G.Saudino di Vico C.se (Valchiusa)	da definire.....