

# ATTIVITA' FISICA ADATTATA

**nei comuni di Bollengo, Caluso, Castellamonte, Cuorgnè, Ivrea, Maglione, Rivarolo e Vico C.se**

*Per la prevenzione del decadimento funzionale legato all'avanzare dell'età, oppure conseguente a periodi di sedentarietà ed immobilità che, riducendo la possibilità di movimento, potrebbero portare ad un progressivo peggioramento delle condizioni funzionali e ad un conseguente ritiro dalla vita sociale.*



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

**L'attività è organizzata in moduli di 20 lezioni di 1 ora. Quote di partecipazione per ogni singolo modulo: 40 €. Quota di iscrizione e assicurazione annuale 5 €.**

**Informazioni e iscrizioni, tel: 3406743656 – 3423751117**

<b>BOLLENGO</b>	Salone Comunale Bollengo piazza Statuto 1	martedì, giovedì ore 9 - 11
<b>CALUSO</b>	Palestrina ex Asilo Nido via Mattirolo	martedì, venerdì ore 9 - 12
<b>CASTELLAMONTE</b>	Presso Palestra Oratorio Parrocchiale "La Rotonda"	martedì, giovedì ore 8.30 - 11.30
<b>CUORGNE'</b>	Sala Polivalente - Cuorgnè Cortile del Municipio	lunedì, mercoledì ore 9 - 12
<b>IVREA</b>	Palestra c.ton Vesco viale Liberazione	lunedì, giovedì ore 9 - 12 mercoledì ore 10 - 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
<b>MAGLIONE</b>	Centro Polifunzionale piazza Regina Margherita	martedì, giovedì ore 9 - 10
<b>RIVAROLO</b>	Centro d'Incontro Villa San Giuseppe vicolo Castello 1	mercoledì, venerdì ore 9 - 12
<b>VICO C.SE</b>	Pluriuso di Vico C.se (vicino alle Scuole Medie)	martedì, venerdì ore 17.30 - 19.30