

## ATTIVITA' FISICA ADATTATA

nei comuni di Bollengo, Borgiallo, Caluso, Castellamonte, Cuorgnè, Ivrea, Locana, Maglione, Pertusio, Rivarolo, Vidracco e Vico C.se.



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**

|                      |   |  |
|----------------------|---|--|
| <b>BOLLENGO</b>      | Salone Comunale piazza Statuto 1                          | lunedì, giovedì ore 9 - 11                                     |
| <b>BORGIALLO</b>     | Centro Culturale piazza Trucano                           | venerdì ore 9 - 10   |
| <b>CALUSO</b>        | Palestrina ex Asilo Nido<br>via Mattiolo                  | martedì, venerdì ore 9 - 12<br>e 17.30 - 18.30                 |
| <b>CASTELLAMONTE</b> | Presso Palestra Oratorio<br>Parrocchiale "La Rotonda"     | martedì, giovedì ore 8.30 - 11.30                              |
| <b>CUORGNE'</b>      | Sala Polivalente cortile municipio                        | lunedì, mercoledì ore 9 - 12                                   |
| <b>IVREA</b>         | Palestra c.ton Vesco<br>viale Liberazione                 | lunedì, giovedì ore 9 - 12<br>mercoledì ore 9 - 11             |
|                      | Palestra Jarvis<br>via San Nazario                        | lunedì ore 9 - 12 e 17 - 19<br>giovedì ore 9 - 12 e 17 - 19    |
|                      | Serale<br>palestre Jarvis e C.ton Vesco                   | lunedì Jarvis ore 19 - 20<br>mercoledì C.ton Vesco ore 19 - 20 |
|                      | Bellavista Centro Civico<br>piazza 1 maggio               | Mercoledì, venerdì<br>ore 9.30 - 10.30                         |
| <b>LOCANA</b>        | Saletta Polifunzionale<br>Vecchio Mulino via del Ponte    | martedì ore 9 - 11<br>sabato ore 9.30 - 10.30                  |
| <b>MAGLIONE</b>      | Centro Polifunzionale<br>piazza Regina Margherita         | martedì, giovedì ore 9 - 11                                    |
| <b>PERTUSIO</b>      | Centro Sportivo Gianni Terrando<br>via San Ponso 22       | lunedì, mercoledì ore 9,15 - 10.15                             |
| <b>RIVAROLO</b>      | Centro d'Incontro Villa San<br>Giuseppe vicolo Castello 1 | mercoledì, venerdì ore 8.30 - 12.30                            |
| <b>VIDRACCO</b>      | Salone Pluriuso<br>Comune di Vidracco                     | martedì, giovedì ore 9.00 - 10.00                              |
| <b>VICO C.SE</b>     | Pluriuso di Vico C.se<br>(vicino alle Scuole Medie)       | martedì, giovedì ore 17.30 - 19.30                             |