

**UISP Ivrea Canavese in collaborazione con il comune di Maglione e l'A.S.L. TO4 apre dal 18 ottobre 2016 a giugno 2017 il centro di**

# **ATTIVITÀ FISICA ADATTATA**



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 patologie della colonna vertebrale.

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

## **CENTRO POLIFUNZIONALE di MAGLIONE**

**Piazza Regina Margherita  
martedì e giovedì dalle 9 alle 10**

**L'attività è organizzata in moduli di 20 lezioni di un'ora.**

**Quote di partecipazione per ogni singolo modulo: 40 €.**

**Iscrizione e assicurazione annuale 5 € (solo per i non tesserati UISP).**

**A chi desidera conoscere l'attività viene offerta una lezione gratuita.**

**Per informazioni ed iscrizioni**

**Tel. 3406743656 - 3423751117**