

in F♥RMA al PARCO 2021

Ripartiamo insieme a fare sport



MAGGIO

Lunedì 3, 10, 17, 24, 31 maggio | ore 18.30 - 19.30

20 MINUTI DI CAMMINATA/CORSA E 40 DI GINNASTICA

(con Francesca, per iscrizioni telefonare al 328 9599603)

Mercoledì 5, 12, 19, 26 maggio | ore 18.30 - 19.30

UN'ORA DI PILATES MATWORK

(con Silvia, per iscrizioni telefonare al 347 1549544)

Presso il parco di villa Gandini (dietro alla biblioteca)

PARTECIPAZIONE GRATUITA, NUMERO MAX DI PARTECIPANTI 15/20 PERSONE



GIUGNO

Lunedì 7, 14, 21, 28 giugno | ore 19.00 - 20.00

20 MINUTI DI CAMMINATA/CORSA E 40 DI GINNASTICA

(con Francesca, per iscrizioni telefonare al 328 9599603)

Mercoledì 9, 16, 23, 30 giugno | ore 19.00 - 20.00

UN'ORA DI PILATES MATWORK

(con Silvia, per iscrizioni telefonare al 347 1549544)

Presso il parco di villa Gandini (dietro alla biblioteca)

PARTECIPAZIONE GRATUITA, NUMERO MAX DI PARTECIPANTI 15/20 PERSONE



SETTEMBRE

Lunedì 6, 13, 20, 27 settembre | ore 18.30 - 19.30

20 MINUTI DI CAMMINATA/CORSA E 40 DI GINNASTICA

(con Francesca, per iscrizioni telefonare al 328 9599603)

Mercoledì 1, 8, 15, 22, 29 settembre | ore 18.30 - 19.30

UN'ORA DI GINNASTICA A CORPO LIBERO

(con Silvia, per iscrizioni telefonare al 347 1549544)

Presso il parco di villa Gandini (dietro alla biblioteca)

PARTECIPAZIONE GRATUITA, NUMERO MAX DI PARTECIPANTI 15/20 PERSONE



Si raccomanda il rispetto delle norme e delle precauzioni anti-Covid.

È obbligatorio avere la mascherina e l'igienizzante per le mani.

Portarsi un modulo/tappetino e un asciugamano



Per info: Francesca 328 9599603 / Silvia 347 1549544 / Giampaolo 348 5335571