

SPORT E DANZA GRATIS

***DIVERTIMENTO
e ... tanti nuovi AMICI***



Fai SPORT con i CORSI GRATUITI di:

Fitness, Jump, Step, Aerobica, Pilates, Yoga & FitYoga, TotalBody, Ginnastica a Corpo libero, Bruciagrassi, Ginnastica per Anziani Posturale, Nordic Walking, Gruppi Cammino, Nuoto, AcquaGYM, Sport acquatici, Percorsi Benessere e, Stretching, Body Building, Karate, Arti Marziali, ecc...

DANZA con i CORSI GRATUITI di:

Tango, Salsa, Bachata e Merengue, Liscio, Balli latino americani, Danza Classica Moderna e Contemporanea, Funky, Hip-Hop, Zumba®, Kizumba®, ecc...



DIVERTITI con i CORSI GRATUITI di:

Equitazione e sport EQUESTRI, Vela, Canoa, Surf & WindSurfing, Pesca Sportiva, Ciclismo, Golf, Sci Alpino e Fondo, Pattinaggio, ecc...

I corsi hanno una durata variabile da 4 a 12 lezioni. Sono GRATUITI perché OMAGGIO dei Centri, delle Palestre e delle Associazioni Sportive della tua città a fini promozionali per farsi conoscere. Alcune attività prevedono certificazione medica e consentono all'Ospite di contare su una copertura assicurativa offerta da Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI.

Le lezioni sulla disciplina sportiva scelta sono sia teoriche che pratiche ed includono consigli sulla nutrizione e sul corretto stile di vita. La frequenza non è obbligatoria. Alla fine è prevista una **cena e festa** dove sarà consegnato un **attestato di partecipazione**.

**SPORT, DANZA, DIVERTIMENTO
e tanti NUOVI AMICI
... Ti aspettiamo!**



BUONO GRATUITO

CONSERVARE e CONSEGNARE in
SEGRETARIA alla PRIMA LEZIONE

per informazioni e date contatta il Coordinatore di zona:

Corsi gratuiti e specifici per ogni età. Bambini accompagnati