



VIVERE ATTIVAMENTE LA TERZA GIOVINEZZA

SOSTENERE E PROMUOVERE LA SALUTE NELLA TERZA ETA'

finanziato dalla Regione del Veneto nell'ambito degli Interventi di promozione e valorizzazione dell'invecchiamento attivo L.R. n. 23/2017- Approvazione programma attuativo annuale 2024

La COOPERATIVA UN MONDO DI GIOIA in collaborazione con GINNASTICA ANNIA A.S.D.
vi invitano a partecipare alle lezioni di

BEN'ESSERE IN MOVIMENTO

Edizione presso il Comune di Due Carrare

Muoviamoci insieme!

Attività fisico-sportive per migliorare l'equilibrio e vivere con più energia.

Muoversi in gruppo garantisce la **condivisione** di obiettivi e momenti di socialità e contribuisce a ridurre la solitudine e a migliorare l'umore.

45 h di lezione con docente laureato in Scienze Motorie al costo complessivo di 15,00 €.



Presso Casa dei Carraresi - piano terra

in via Roma n. 33, 35020 - Due Carrare (PD)



Lunedì orario 9:35-10:30 e 10:30-11:25

Mercoledì orario 8:25-09:20 e 9:20-10:15

Requisiti: essere in possesso di certificato medico non agonistico.

Le lezioni inizieranno da Lunedì **13 Ottobre 2025**.

Per informazioni e iscrizioni contattare
Gloria Ruzzon al cell. 349 293 2866