



ATLETICA CAIRO

ATTIVITA' 2017 - 2018

a partire dal 1° OTTOBRE 2017



CORSI DI AVVIAMENTO ALL'ATLETICA LEGGERA

Per ragazzi/e da 11 anni(2007) a 15 anni (2003).
Le lezioni della prima settimana sono gratuite.

ATTIVITA' AMATORIALE

Per ambo i sessi che intendono allenarsi e divertirsi in gruppo in un ambiente lontano dal traffico, partecipando (non obbligatorio) a gare competitive e amatoriali.

CORSI DI GINNASTICA

Per ambo i sessi senza limiti di età. Fare ginnastica: posturale, tonificazione, aerobico latino, stretching, validi alleati per la nostra salute, contro lo stress, il sovrappeso, la pigrizia, etc..

Proponiamo questa attività a tutti coloro che intendono avere o mantenere una muscolatura scattante, un apparato cardiocircolatorio efficiente, un metabolismo che funziona a pieni giri. Il tutto si traduce naturalmente in un aspetto fisico più gradevole.

PER INFORMAZIONI

Stadio Vesima "Cesare Brin" il lunedì dalle ore 17,30 alle ore 18,30
oppure: 333 6913931 - 320 4799526