



Centro Socioculturale
Pedaso



Comune di
Pedaso

CORSI DI

ATTIVITÀ MOTORIO - RIABILITATIVA DI GRUPPO

anno 2025 / 2026

L'ATTIVITÀ È FINALIZZATA ALLA PREVENZIONE, CURA E RIABILITAZIONE PER ALCUNI DISTURBI TIPICI DELLA TERZA ETÀ:

PROBLEMI MOTORI, CARDIOPATIE, MALATTIE NEURO SENSORIALI E DEPRESSIONE.

MIGLIORA IL BENESSERE PSICO FISICO AUMENTANDO MOBILITÀ E FLESSIBILITÀ,

RIDUCENDO L'ANSIA, LO STRESS, MIGLIORANDO L'UMORE E LA SOCIALIZZAZIONE NEL GRUPPO.

PROMUOVE L'EQUILIBRIO TRA CORPO E MENTE.

I MODULI, PER L'ISCRIZIONE E PER IL CERTIFICATO MEDICO, POSSONO ESSERE RITIRATI E RICONSEGNA TI COMPILATI:

- PRESSO IL COMUNE, negli orari di apertura al pubblico o
- PRESSO IL CENTRO SOCIOCULTURALE (via Pirandello 2) dal lunedì al venerdì dalle ore 15,30 alle 18,30

Il bollettino di pagamento sarà fornito dall'istruttore durante la prima lezione.

La conferma dell'iscrizione avverrà dietro presentazione della ricevuta del pagamento.

**MUOVITI
CHE TI FA
BENE**



I CORSI SI TERRANNO PRESSO LA SEDE DEL CENTRO SOCIOCULTURALE,

PEDASO - Via Pirandello 2,

nei giorni **LUNEDÌ** e **GIOVEDÌ MATTINA** dalle ore 9,00 alle ore 12,00 (suddivisi in 3 gruppi)

LE ISCRIZIONI VANNO PRESENTATE ENTRO IL 10 OTTOBRE, LE LEZIONI AVRANNO INIZIO IL 13 OTTOBRE.

Se le iscrizioni saranno rapide si potrà anticipare l'inizio del corso.

PER INFORMAZIONI: Centro socioculturale Pedaso: 333 332 7919