



Comune di
Romano d'Ezzelino



PROGETTO ATTIVA-TI

**RISCOPRI IL PIACERE DEL MOVIMENTO
E SPERIMENTA
UN' ATTIVITA' CHE
FAVORISCA LA SALUTE, MIGLIORI LA
QUALITA' DELLA VITA E SODDISFI IL
BISOGNO FONDAMENTALE DEL TUO CORPO
DI . . . MUOVERSI!!!!**

**Attività proposte a tutti i cittadini di
Romano d'Ezzelino di età compresa
tra i 35 e i 54 anni:**



IL CAMMINO:

In collaborazione con l'Associazione Nordik Walking Montegrappa verranno organizzati corsi base di Nordik Walking di 5 uscite (una per settimana).

Presso il Centro Acqua Movimento e Salute di Fellette:

IN PISCINA:

4 lezioni di acquafitness
+ percorso benessere;
i partecipanti potranno
scegliere tra Acquazumba,
Acquagym, Acqua pilates
e Gymbike.



IN PALESTRA:

4 lezioni di discipline diverse
+ percorso benessere;
i partecipanti potranno
scegliere se praticare Zumba,
Pilates o Yoga.



Costo dei corsi a carico dei partecipanti € 20,00

NOTE ORGANIZZATIVE:

Per usufruire di tale iniziativa, promossa in collaborazione con il Servizio Educazione e Promozione della Salute dell'Azienda sanitaria ULSS 3 di Bassano del Grappa, puoi dare la tua adesione **entro il 20 dicembre** presso:

- Centro Acqua Movimento e Salute di Fellette - tel 0424/382315, info@centroacqua.it
- Associazione Nordik Walking - tel. 348/3427074 info@nordicwalkingmontegrappa.org
- Ufficio Servizi Sociali del Comune di Romano d'Ezzelino - tel 0424/818635

Dopo aver provato 4 lezioni sarà possibile continuare l'attività ad un prezzo agevolato riservato ai residenti del comune di Romano d'Ezzelino.

L'assessore ai Servizi Sociali
Luigia Torresan

Luigia Torresan

Il Sindaco
Rossella Olivo

Rossella Olivo