



POLISPORTIVA DESENZANESE

vi aspettiamo da LUNEDÌ 1 OTTOBRE 2018 con:

GINNASTICA ADULTI	lunedì – giovedì 19.30 / 20.30 (Scuole medie – Albino) martedì – venerdì 9.00 / 10.00 (Palazzetto dello Sport)
GINNASTICA ANZIANI	lunedì – giovedì 14.30 / 15.30 (Palazzetto dello Sport) martedì – venerdì 14.45 / 15.45 (Scuole medie – Abbazia)

YOGA	martedì 17.00 / 18.30 (Scuole elementari – Albino) mercoledì 20.00 / 21.30 (Scuole elementari – Albino)
VERTEBRALE	lunedì 17.00 / 18.00 (Scuole elementari – Albino) mercoledì 17.30 / 18.30 (Scuole elementari – Albino)

BODY TONIC	lunedì – mercoledì 18.30 / 19.30 (Palazzetto dello Sport) mercoledì 20.30 / 21.30 (Palazzetto dello Sport)
-------------------	---

PILATES	lunedì – mercoledì 19.30 / 20.30 (Palazzetto dello Sport)
----------------	---

NUOVI CORSI

PILATES DOLCE <i>per tutte le età</i>	giovedì 20.30 / 21.30 (Scuole medie – Albino)
DIFESA PERSONALE <i>di facile apprendimento-livello base</i>	martedì – venerdì 19.30 / 20.30 (Palazzetto dello Sport)
PALLAVOLO AMATORIALE <i>aperta a tutti</i>	giovedì 21.00 / 22.30 (Scuole elementari Vall'Alta)

LE ISCRIZIONI SI RICEVONO DIRETTAMENTE IN PALESTRA

Gli iscritti dovranno presentare il certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica. I corsi saranno effettuati al raggiungimento del numero minimo di partecipanti stabilito dall'ASD.

Per ulteriori informazioni: Antonio 338 3170785 - Federico 328 7713857