



CAI

SAT

SOCIETA' DEGLI ALPINISTI TRIDENTINI
SEZIONE DENNO

CAI

SAT

SOCIETA' DEGLI ALPINISTI TRIDENTINI
SEZIONE TON

CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA

LA SEZIONE S.A.T. DI TON E LA SEZIONE S.A.T. DI DENNO ORGANIZZANO UN CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA, CHE SARA' SVOLTO PRESSO LA **PALESTRA COMUNALE DI TON**, APERTO A TUTTI COLORO CHE INTENDONO RISVEGLIARE E POTENZIARE LA PROPRIA MUSCOLATURA. LA GINNASTICA SARA' CONDOTTA DA UN PROFESSORE CON NOTEVOLE ESPERIENZA NEL SETTORE. VISTA LE RIDOTTE DIMENSIONI DELLA PALESTRA IL NUMERO DI ISCRITTI E' FISSATO IN MASSIMO **25** PERSONE.

PROGRAMMA:

Le 12 lezioni inizieranno martedì 5 novembre 2013, con cadenza di due lezioni settimanali, dalle ore 20.30 alle ore 21.30, ogni **martedì** e **giovedì** come sotto specificato:

MARTEDI'	5 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
GIOVEDI'	7 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
MARTEDI'	12 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
GIOVEDI'	14 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
MARTEDI'	19 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
GIOVEDI'	21 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
MARTEDI'	26 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
GIOVEDI'	28 NOVEMBRE	ORE 20.30-21.30
MARTEDI'	3 DICEMBRE	ORE 20.30-21.30
GIOVEDI'	5 DICEMBRE	ORE 20.30-21.30
MARTEDI'	10 DICEMBRE	ORE 20.30-21.30
GIOVEDI'	12 DICEMBRE	ORE 20.30-21.30

QUOTA

La quota di partecipazione è di **€ 45.00 a persona**.

Chi intendesse partecipare ad una sola lezione settimanale la quota è di **€ 25.00**.

E' indispensabile munirsi di tappetino per gli esercizi a terra e non sarà possibile usufruire di docce post ginnastica.

Per informazioni ed iscrizioni:

DALLAGO RUGGERO - tel. 328.4410277

BERTI LINO - tel. 335.8219891