

# Ginnastica



# Hatha Yoga



# Pilates



## Corsi Gennaio - Marzo 2025

CORSO	GIORNATE	ORARIO	DURATA CORSI
<b>GINNASTICA DOLCE E PER OSTEOPOROSI</b>	<b>LUNEDI'-GIOVEDI'</b>	<b>ORE 9:00 – 10:00</b>	<b>DAL 13/01/25 AL 31/03/25</b>
<b>GINNASTICA DOLCE E PER OSTEOPOROSI</b>	<b>LUNEDI'-GIOVEDI'</b>	<b>ORE 10:00 – 11:00</b>	<b>DAL 13/01/25 AL 31/03/25</b>
<b>GINNASTICA DOLCE E PER OSTEOPOROSI</b>	<b>LUNEDI'-GIOVEDI'</b>	<b>ORE 11:00 – 12:00</b>	<b>DAL 13/01/25 AL 31/03/25</b>
<b>HATHA YOGA</b>	<b>LUNEDI'-GIOVEDI'</b>	<b>ORE 17:30 – 18:45</b>	<b>DAL 13/01/25 AL 31/03/25</b>
<b>PILATES</b>	<b>MARTEDI' -VENERDI'</b>	<b>ORE 17:20 – 18:20</b>	<b>DAL 14/01/25 AL 28/03/25</b> <b>NO 28 FEBBRAIO</b>
<b>PILATES</b>	<b>MARTEDI' -VENERDI'</b>	<b>ORE 18:30 – 19:30</b>	<b>DAL 14/01/25 AL 28/03/25</b> <b>NO 28 FEBBRAIO</b>

**Iscrizioni:** a partire dal **07 GENNAIO 2025**, presso la Segreteria del Centro Sociale L' AIRONE, aperta nei giorni LU-MAR-MER-GIO-VEN dalle ore 9:00 alle 11:30

**Da Martedì 7 a Venerdì 10 Gennaio anche apertura pomeridiana dalle 17:30 alle 19:30**

**Sabato 11 Gennaio apertura aggiuntiva ore 9:00-11:30**

**Il numero min. di iscritti è di 15 per corso. IMPORTANTE:** i corsi sono rivolti ai soli iscritti ANCeSCAO A.P.S., con tessera valida per l' anno 2025



Centro sociale culturale

L'Airone APS  
Castenaso

Via dello Sport, 2, Tel. 051 6049123  
Iscritto al RUMIS del 25/07/2002 N° Repertorio 40751

