



A.F.A. E A.M.A.

ATTIVITÀ FISICA E MOTORIA ADATTATA IN PALESTRA

A.F.A GRUPPO MISTO over 70/75

I corsi iniziano da Settembre presso:

Centro Sportivo Acquaefitness Ozzano dell'Emilia
Via Nardi 2 051/796135 – info@acquefitness.it

Giorni e orari: Mercoledì e Venerdì dalle 9.00 alle 9.50

Iscrizione: Formula Abbonamento da 4/8 lezioni da 27.00/48.00 €; Quota Iscrizione. 15.00€ e certificato medico *

*con documento ufficiale di primo invio del medico che li ha indirizzati dall'Ausl che indica l'attività AFA specifica non occorre il certificato.

Referente per informazioni

Manoela Gaibari

- ✓ E' prevista una **prova gratuita**, da concordare con la responsabile e prenotare in segreteria
- ✓ Gli **Istruttori** sono Chinesiologi (Laureati in Scienze Motorie specializzazione Attività Motoria Preventiva Adattata)
- ✓ **Lezioni di 50'**
- ✓ Attività **da seduti** sulle sedie e/o in appoggio
- ✓ I **Gruppi** sono formati da un N° massimo di 12/15 allievi