



OTTOBRE 2022 - GIUGNO 2023

Muoversi per star bene con se stessi e con l'ambiente

L'attività è organizzata dall'AZIENDA ULSS 7 Pedemontana
Dipartimento di Prevenzione di Bassano e dal Comitato UISP di Vicenza

TAI CHI CHUAN E QIGONG per la salute e la longevità



SAN GIUSEPPE DI CASSOLA

Mattina: Lunedì e Venerdì ore 9 -10

BASSANO DEL GRAPPA

Sera: Lunedì e Giovedì sera ore 19 - 20.15

Ritrovo: presso la palestra comunale di S. Giuseppe di Cassola e scuola elementare di S. Vito
Informazioni: Renato tel. 338 3375893

WALKING+ per chi ama praticare un'attività semplice all'aria aperta



BASSANO DEL GRAPPA

Walking e fitness parco Antonio Rocca di q.re Firenze

Giorni ed orari da concordare con istruttore

Informazioni: Valentina tel. 348 8436249

CORSO DI DANZA POPOLARE danza popolare, benessere al corpo ed allo spirito



BASSANO DEL GRAPPA

MARTEDÌ ore 18 - 19

Ritrovo: presso la palestra comunale inferiore - Bassano del Grappa

istruttore: Mirco Castello

Informazioni: Valentina tel. 348 8436249

PILATES - GINNASTICA ANTALGICA POSTURALE



BASSANO DEL GRAPPA

Pilates il mercoledì dalle ore 17,15 - 18,15

Pilates il venerdì dalle ore 16,15 alle 17,15

Ritrovo: Palestra Bellavitis 2

Informazioni: Giulia tel. 347 9170983