



COMUNE DI MAGLIE

Settore VIII: Welfare e Politiche educative

P.zza A. Moro, 1 – 73024 Maglie

Tel. 0836 489257 – 489278 – 489245

CORSI DI GINNASTICA DOLCE PER ADULTI E ANZIANI

Si informa la cittadinanza che è attiva la seguente proposta per la realizzazione di **corsi di “ginnastica dolce”** per adulti e anziani residenti nel Comune di Maglie. Le attività avranno una durata massima di quattro settimane per n. 2 giorni a settimana, si svolgeranno all'interno di Villa Tamborino a Maglie in un'area appositamente individuata a tale scopo e si rivolgono ad un **numero massimo di partecipanti pari a 50 partecipanti**, purché si raggiunga un minimo di 15 persone.

AUXESIA VILLAGE

La proposta denominata **“AUXESIA VILLAGE”** prevede lo svolgimento di una serie di esercizi fisici alternati ad intervalli di recupero in cui il Trainer designato trasmetterà consigli inerenti una sana ed equilibrata alimentazione, sensibilizzando dunque il tema della prevenzione ed educazione alimentare. Al fine di migliorare la fruibilità delle attività motorie, sarà fornito ad ogni partecipante un tappetino personale che potrà essere trattenuto dallo stesso senza necessità di restituzione. Infine, al fine di rendere più piacevole l'ora di esercizio fisico, si prevede l'utilizzo di un diffusore sonoro con musica new age o similare.

I partecipanti saranno guidati dal Professore Corrado Fundarò, insegnante di educazione fisica nonché laureato in scienze motorie ed esperto di attività funzionale, posturale ed esercizi a corpo libero.

DESTINATARI: adulti e anziani – **numero massimo partecipanti: 50**

PERIODO: dal 2 al 25 settembre 2024 (martedì e giovedì dalle 18:30 alle 19:30)

Le **domande di partecipazione** redatte utilizzando l'apposito **modulo allegato**, vanno inoltrate tramite mail all'indirizzo: protocollo.comunemaglie@pec.rupar.puglia.it con oggetto “Domanda di iscrizione Corsi di ginnastica dolce per adulti e anziani” - o consegnate *brevi manu* all'Ufficio Protocollo del Comune e dovranno pervenire:

ENTRO IL 26 AGOSTO ORE 10:00

LA QUOTA DI ADESIONE È A CARICO DEL COMUNE DI MAGLIE

E' A CARICO DELL'ISCRITTO LA QUOTA PARI € 10,00 PER LA COPERTURA ASSICURATIVA

Per ulteriori informazioni sull'iscrizione è possibile contattare i seguenti numeri: 0836.489257 – 0836.489276 – 0836.489278

Per informazioni specifiche sull'attività del corso si può contattare **AUXESIA VILLAGE SSD ARL** via Gallipoli n. 66 – 73024 Maglie - Tel. 328/4145774 – email: info@auxesiavillage.it – PEC: info@pec.auxesiavillage.it

Maglie, 19 luglio 2024

La Responsabile del Settore
Dott.ssa M.C. Signore