



Club Alpino Italiano



Sezione di Vimodrone

Vimodrone, 26 settembre 2024

CORSO GINNASTICA PRESCIISTICA 2024

Inizia il corso di ginnastica per adulti

presso la “nuova” palestra della Scuola Primaria di via Fiume 20.

Ginnastica per mantenere una accettabile forma psico-fisica globale,

che ci fornisce le energie per affrontare in maniera consona

le nostre future attività in montagna come lo sci e il trekking.

Inizio corso Martedì 1 ottobre 2024.

Il corso seguirà il calendario scolastico.

Il corso avrà il seguente orario

Martedì e Venerdì dalle 19,00 alle 20,00

Per iscrizioni ed informazioni rivolgersi presso la sede del CAI

in via Fiume, 22 il Martedì e Giovedì dopo le 21.00

o direttamente in palestra.

È obbligatorio *presentare all'atto dell'iscrizione, il certificato medico comprovante l'idoneità fisica per lo svolgimento di attività fisica non agonistica.*

A tale scopo la Sezione CAI, ha sottoscritto con lo Studio di Medicina Sportiva

Cerba Health Care Srl (ex LARIX) di Cernusco s/N Via F. Corridoni, 34

una convenzione per la visita medica. www.cerbahealthcare.it

La prestazione medica comprende una visita generale e un elettrocardiogramma

al costo di € 42,00.

Si consiglia agli interessati di prenotare per tempo.

Via Fiume, 22 - 20055 Vimodrone MI

email: caivimodrone@gmail.com - Pec: vimodrone@pec.cai.it

Telefono: 377 9524964

C. F. 91573680153