

## **ATTIVITA' FISICA ADATTATA**

nei comuni di Bollengo, Borgiallo, Caluso, Castellamonte, Cuorgnè, Ivrea, Locana, Maglione, Rivarolo, Salassa, Strambino, Vidracco e Valchiusa.



Nel centro vengono attivati programmi di prevenzione con l'esecuzione di esercizi mirati al miglioramento delle sofferenze muscolo scheletriche con particolare attenzione alle patologie della colonna vertebrale.

*Non si tratta di riabilitazione che è invece prescritta ed eseguita nell'ambito del SSN, ma di prevenzione.*

**L'attività è organizzata in moduli di 20 lezioni di 1 ora. Quote di partecipazione per ogni singolo modulo 44 € più iscrizione annuale UISP.**

**Informazioni e iscrizioni, tel: 3406743656 – 3423751117**

<b>BOLLENGO</b>	Salone Comunale piazza Statuto 1	lunedì, giovedì ore 9 - 11
<b>BORGIALLO</b>	Centro Culturale piazza Trucano	venerdì ore 9 - 10
<b>CALUSO</b>	Palestrina ex Asilo Nido via Mattiolo	martedì ore 9 - 12 e 17.30 - 18.30 venerdì ore 9 - 12 e 17.30 - 18.30
<b>CASTELLAMONTE</b>	Presso Palestra Oratorio Parrocchiale "La Rotonda"	lunedì, mercoledì ore 8.30 - 11.30
<b>CUORGNE'</b>	Sala Polivalente cortile municipio	lunedì, mercoledì ore 8.30 - 12.30 mercoledì ore 16.30 - 17.30
<b>IVREA</b>	Palestra c.ton Vesco viale Liberazione	martedì, venerdì ore 9 - 12 mercoledì ore 9 - 11
	Palestra Jervis via San Nazario	lunedì ore 9 - 12 e 17 - 19 giovedì ore 9 - 12 e 17 - 19
	Serale palestre Jervis e C.ton Vesco	lunedì Jervis ore 19 - 20 mercoledì C.ton Vesco ore 19 - 20
	Bellavista Centro Civico piazza 1 maggio	martedì, giovedì ore 10.45 - 11.45
<b>LOCANA</b>	Saletta Polifunzionale Vecchio Mulino via del Ponte	giovedì ore 9.30 - 10.30
<b>MAGLIONE</b>	Salone Polivalente Piazza Regina Margherita	lunedì, mercoledì ore 9 - 11
<b>RIVAROLO</b>	Centro d'Incontro Villa San Giuseppe vicolo Castello 1	martedì, venerdì ore 8.30 - 11.30
<b>SALASSA</b>	Palestra Comunale via Rivarotta 2	lunedì, venerdì ore 16 - 17
<b>STRAMBINO</b>	Salone Gruppo Anziani via Cotonificio 59	lunedì ore 9 - 10 mercoledì ore 9 - 11
<b>VIDRACCO</b>	Salone Pluriuso Comune Vidracco	martedì, giovedì ore 9 - 10
<b>VALCHIUSA</b>	Palestra Scuola Media G.Saudino di Vico C.se (Valchiusa)	lunedì, giovedì ore 17.30 - 18.30