



# ATTIVITÀ MOTORIE PER LA TERZA ETÀ 2022/2023

Si informa che a partire da lunedì 17 ottobre 2022 si procederà con l'avvio dei corsi di attività motorie per la 3<sup>a</sup> età presso la palestra comunale di via Custoza.

I corsi, organizzati in collaborazione con l'Associazione ANTEAS Novara – Sezione di Galliate, saranno tenuti dal Prof. Arterio Donati e si svolgeranno in due orari nei giorni di lunedì, mercoledì e venerdì: dalle ore 14.00 alle ore 14.45 e dalle ore 15.00 alle ore 15.45.

## CALENDARIO DEI CORSI

- 1° corso, dal 17 ottobre 2022 al 16 dicembre 2022
- 2° corso, dal 9 gennaio 2023 al 10 marzo 2023
- 3° corso, dal 20 marzo 2023 al 24 maggio 2023 (festivi 10 aprile e 1 maggio 2023)

## FREQUENZA DEI CORSI

- Trisettimanale (lunedì, mercoledì e venerdì);
- Bisettimanale (a scelta: lunedì/mercoledì oppure lunedì/venerdì, oppure mercoledì/venerdì);
- Monosettimanale (a scelta: mercoledì o venerdì);

E' obbligatorio l'uso delle scarpe ginniche da utilizzare solo nella palestra.

## TARIFFE

- Frequenza trisettimanale: € 70,00 per ogni corso della durata di 9 settimane;
- Frequenza bisettimanale: € 46,00 per ogni corso della durata di 9 settimane;
- Frequenza settimanale: € 24,00 per ogni corso della durata di 9 settimane;

Le comunicazioni di pagamento verranno consegnate direttamente in palestra, con le relative indicazioni. Sono possibili riduzioni di tariffa per coloro che sono in possesso di Indicatore della Situazione Economica Equivalente (ISEE) inferiore ad € 9.000,00.

## ISCRIZIONI

Le iscrizioni saranno raccolte, in collaborazione con i volontari Anteias, **nei giorni 15 e 16 settembre 2022, dalle ore 9.00 alle ore 12.30 nello spazio all'aperto antistante la palestra di Via Custoza.** Per iscrizioni successive, fino a esaurimento posti, sarà possibile rivolgersi all'Ufficio Sport del Comune, **previo appuntamento** da fissare telefonando al numero 0321 800763.

## NOTE

Ai sensi dell'art. 42/bis del D.L. n. 69/2013, convertito con la Legge 9 agosto 2013, n. 98, per attività ludico-motorie e amatoriali non è obbligatorio il certificato medico, tuttavia all'atto dell'iscrizione è richiesto l'impegno a consultare il medico in merito alla partecipazione ai corsi.

**Eventuali rinunce devono essere presentate per iscritto.**

Per qualsiasi informazione e chiarimento è comunque possibile contattare il Settore Politiche Socio-Educative, Culturali e Sportive, tel. 0321 800763 o rivolgersi all'Istruttore.

Galliate, 7 settembre 2022

LA RESPONSABILE DEL SETTORE  
POLITICHE SOCIO-EDUCATIVE, CULTURALI E SPORTIVE  
Dott.ssa Serena Demarchi