



ATTIVITÀ MOTORIE PER LA TERZA ETÀ 2023/2024

Si informa che a partire da mercoledì 11 ottobre 2023 si procederà con l'avvio dei corsi di attività motorie per la 3^a 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 14.50 e dalle ore 15.00 alle ore 15.50.

CALENDARIO DEI CORSI

- 1° corso, dall'11 ottobre 2023 al 15 dicembre 2023
- 2° corso, dall'8 gennaio 2024 all'8 marzo 2024
- 3° corso, dal 18 marzo 2024 al 22 maggio 2024 (festivi 1 aprile e 1 maggio 2024)

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 Anteas, **nei giorni 21 e 22 settembre 2023, dalle ore 9.00 alle ore 12.00 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 2023

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