

## ISCRIZIONI

Municipio di Romano d'Ezzelino  
Ufficio Servizi Sociali  
**dalle 8.30 alle 13,00**

**Le iscrizioni verranno suddivise in base ai corsi:**

### GINNASTICA

Corsi di:

**Romano D'Ezzelino:**

1° e 2° corso **29 agosto 2019**

**San Giacomo:**

1° e 2° corso **30 agosto 2019**

**Fellette:**

1° corso **2 settembre 2019**

2° corso **3 settembre 2019**

3° corso **5 settembre 2019**

**Sacro Cuore:** **6 settembre 2019**

### NUOTO

Iscrizioni ai corsi:

**6 settembre 2019**

Al momento dell'iscrizione è necessario presentare un documento d'Identità

### QUOTA A CARICO DEI PARTECIPANTI:

- € 136,00 iva inclusa per l'intero corso (1° e 2° quadrimestre)
- € 68,00 iva inclusa per un solo quadrimestre.

**Il pagamento va effettuato al momento dell'iscrizione esclusivamente con POS (bancomat o carta di credito)**



Comune di  
Romano d'Ezzelino



Centro acqua società sportiva



Mondo in Movimento  
Associazione sportiva dilettantistica



Comune di Romano d'Ezzelino  
Assessorato ai Servizi Sociali



## ATTIVITA' MOTORIE STAGIONE 2019 – 2020 PROGRAMMA

“Mai affrettarti. Fai un sacco di esercizio fisico. Sii sempre allegro. Prendi tutto il sonno di cui hai bisogno.

E puoi aspettarti di stare bene.”

James Freeman Clarke

IL VICE SINDACO  
ASSESSORE AI SERVIZI SOCIALI  
E ALLA FAMIGLIA

Rag. Lorenzo Zen

## CORSI DI GINNASTICA

1° Quadrimestre: 30.09.2019 – 31.01.2020

2° Quadrimestre: 03.02.2020 – 29.05.2020

<b>PALESTRA ELEMENTARI DI ROMANO D'EZZELINO</b> Via Col Molin LUNEDI' e MERCOLEDI'	1° corso dalle 17,00 alle 18,00	2° corso dalle 18,00 alle 19,00	
<b>PALESTRA ELEMENTARI DI SAN GIACOMO</b> Via Velo LUNEDI' e GIOVEDI'	1° corso dalle 17,00 alle 18,00	2° corso dalle 18,00 alle 19,00	
<b>PALESTRA COMUNALE DI FELLETTE</b> Via Nardi LUNEDI' e GIOVEDI'	1° corso dalle 8,30 alle 9,30	2° corso dalle 9,30 alle 10,30	3° corso dalle 10,30 alle 11,30
<b>PALESTRA ELEMENTARI DI SACRO CUORE</b> MARTEDI' e GIOVEDI'	Corso unico Dalle 17,00 alle 18,00		

### REQUISITI PER LA PARTECIPAZIONE AI CORSI DI GINNASTICA E NUOTO

- Età minima:  
donne 55 anni  
uomini 60
- Si accettano iscrizioni di età inferiore se il corso risulta necessario per condizioni fisiche particolari risultanti da certificazione medica.

## PROGETTO CAMMINA CAMMINA

L'attività fisica del cammino all'aria aperta apporta grandi benefici alla salute.

Il progetto prevede lo svolgimento di passeggiate, prevalentemente nel territorio comunale, con diversi gradi di difficoltà, ma tenendo conto delle abilità fisiche dei partecipanti.

<b>Durata</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ottobre - Dicembre</li> <li>▪ Febbraio – Maggio</li> <li>▪ Una uscita settimanale per un totale di circa 20 uscite</li> </ul>
---------------	--

Le attività di cammino sono aperte a tutti i residenti senza limite di età con obbligo di iscrizione presso l'Ufficio dei Servizi Sociali.

Per tutte le attività

- i costi assicurativi sono a carico dei partecipanti e vanno versati direttamente all'ente gestore competente per le attività
- L'ente gestore del servizio può richiedere il certificato medico prima dell'avvio delle attività.

## UN TUFFO NEL BLU

Corso di ginnastica in acqua presso il Centro Acqua di Fellette

<b>Durata dal 01.10.2019 al 24.07.2020</b>	Ogni corso avrà la durata trimestrale e prevede una lezione settimanale
<b>1° trimestre: giorno e orario</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Martedì: ore 10,45</li> <li>▪ Mercoledì: ore 15,10</li> <li>▪ Venerdì: ore 10,45 oppure 15,10</li> </ul>
<b>Costo</b>	€ 7,20 iva inclusa a lezione; I pagamenti vanno effettuati direttamente al Centro acqua.
<b>Lezioni gratuite</b>	la piscina mette a disposizione durante il mese di settembre delle lezioni gratuite riservate agli anziani che non hanno mai frequentato il centro.
<b>Trasporto</b>	E' previsto un servizio di trasporto per i cittadini con particolari difficoltà a raggiungere la piscina.

## CORSI DI BALLO

Verrà organizzato un corso di ballo nei primi mesi del 2020