



GINNASTICA ULTRA DOLCE

**SARONNO
TRADATE
APPIANO GENTILE**

SEGUICI SU

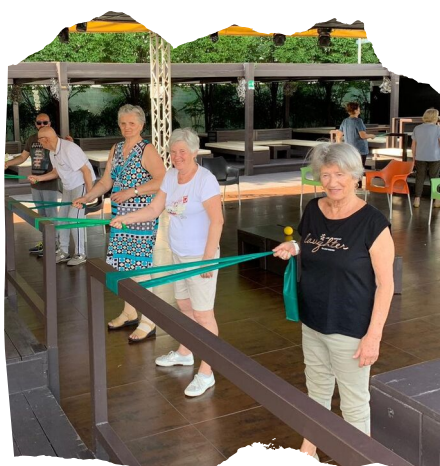


**INFO@FRISPORT.IT
WWW.FRISPORT.IT**

IL CORSO

Attività motoria, principalmente da seduti, **preventiva** e mirata all'apprendimento di esercizi facili da eseguire anche a casa, che migliorino l'**autonomia**, l'**autosufficienza** del singolo soggetto, la percezione del movimento, le capacità motorie globali, incentivando la **socializzazione** e il piacere di fare sport divertendosi!

CORSO DEDICATO ANCHE A ULTRASETTANTENNI PER FARE GINNASTICA, CREARE RELAZIONI E SENTIRSI PIÙ SANI!



- **CASA SANT'AGNESE RSA** - Via Frua, 4 - **Saronno**
Massimo 392 59 282 48
- **GRUPPO ANZIANI CITTÀ DI SARONNO** - Via Marconi, 5
Segreteria 02 96 09 133
- **CENTRO SOCIALE ANZIANI** - Piazza Centenari, 1 - **Tradate**
Massimo 392 59 282 48
- **PALESTRA COMUNALE** - Via XXV Aprile - **Appiano Gentile**
Massimo 392 59 282 48