

SPORT E MOVIMENTO

La Nuova Terza Età

APPUNTAMENTO AL PARCO ALDO MORO

Non esiste un preciso momento nel quale un adulto diventa anziano e non sempre l'età anagrafica coincide con quella biologica e psicologica. Nel nostro progetto 2018, Sport e Movimento, la nuova terza età, continueremo con impegno su tutto il territorio affinché cresca la cultura dello Sport e degli stili di vita attivi.

Anche quest'anno il nostro impegno, mediante lo sport e l'attività motoria adattata, sarà rivolto a superare le barriere del pregiudizio e far diventare la terza età un luogo fisico e emotivo dove trovare soddisfazioni, consapevolezza e piaceri inaspettati.

ore 9:00 Inizio

Illustrazioni Benefici Attività Motoria nella terza età

ore 10:00

Dimostrazioni pratiche di Ginnastica

ore 11:15

Conclusioni

ore 12:00

Consegna attestato di Frequenza

9 Giugno 2018

C/O Parco Aldo Moro

Via Mura dei Francesi, 00043
Ciampino RM

dalle ore 09.00 alle ore 12.00
Info: 331 1908661

attività prevista nell'ambito del progetto ASC - CONI "SPORT E MOVIMENTO La nuova terza età"
Si ringrazia per la partecipazione A.S.D. 3m Training Lab