



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI CERNUSCO SUL NAVIGLIO
SOTTOSEZIONE DI VIMODRONE

Vimodrone, 4 gennaio 2017

Presentazione CORSO GINNASTICA PRETREKKING 2017

*Inizia il corso di ginnastica per adulti
presso la palestra delle Scuole Medie di via Fiume 22.*

*Ginnastica per mantenere una accettabile forma psico-fisica globale,
che ci fornisce le energie per affrontare in maniera consona
le nostre attività in montagna
come lo sci e il trekking.*

*Il corso avrà il seguente orario
Martedì e Venerdì dalle 20,00 alle 21,00*

*Inizio corso Martedì 10 gennaio 2017.
Il corso seguirà il calendario scolastico.*

***Per iscrizioni ed informazioni rivolgersi presso la sede del CAI
in via Cadorna, 23 (presso Oratorio Paolo VI) il Martedì e Giovedì dopo le 21.00
– chiedere di Maurizio o Oscar –
o direttamente in palestra.***

***È obbligatorio** presentare all'atto dell'iscrizione, il certificato medico comprovante
l'idoneità fisica per lo svolgimento di attività fisica non agonistica.
A tale scopo il CAI, ha sottoscritto con lo Studio di medicina sportiva
LARIX di Cernusco s/N Via F. Corridoni, 34 tel. 02-9242442,
una convenzione per la visita medica.*

*La prestazione medica comprende una visita generale e un elettrocardiogramma
al costo di € 35,00.*

Si consiglia agli interessati di prenotare per tempo.

VIA L.CADORNA, 23
20090 VIMODRONE MI



TEL. 377.952.49.64