



# Club Alpino Italiano



## Sezione di Vimodrone

Vimodrone, 3 gennaio 2022

### CORSO GINNASTICA PRE-TREKKING 2022

*Inizia il corso di ginnastica per adulti*

*presso la palestra della Scuola Primaria (ex Medie) di via Fiume 20.*

*Ginnastica per mantenere una accettabile forma psico-fisica globale,*

*che ci fornisce le energie per affrontare in maniera consona*

*le nostre future attività in montagna come lo sci e il trekking.*

***Inizio corso Martedì 11 gennaio 2022.***

*Il corso seguirà il calendario scolastico.*

*Il corso avrà il seguente orario*

***Martedì e Venerdì dalle 19,00 alle 20,00***

*Per iscrizioni ed informazioni rivolgersi presso la sede del CAI*

*in via Fiume, 22 il Martedì e Giovedì dopo le 21.00*

*o direttamente in palestra.*

***Accesso al corso consentito con presentazione GREEN-PASS rafforzato.***

***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 la Sezione CAI, ha sottoscritto con lo Studio di medicina sportiva*

*Delta Medica (ex 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 Fiume, 22 - 20055 Vimodrone MI**

**email: [caivimodrone@gmail.com](mailto:caivimodrone@gmail.com) - Pec: [vimodrone@pec.cai.it](mailto:vimodrone@pec.cai.it)**

**Telefono: 377 9524964**

**C. F. 91573680153**