



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 - Pec: vimodrone@pec.cai.it

Telefono: 377 9524964

C. F. 91573680153