



Club Alpino Italiano



Sezione di Vimodrone

Vimodrone, 8 settembre 2023

CORSO GINNASTICA PRESCIISTICA 2023

Inizia il corso di ginnastica per adulti

presso la palestra della Scuola Primaria 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 19 settembre 2023.

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.

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

Cerba Health Care Srl (ex LARIX) di Cernusco s/N Via F. Corridoni, 34

una convenzione per la visita medica.

La prestazione medica comprende una visita generale e un elettrocardiogramma

al costo di € 40,00.

Si consiglia agli interessati di prenotare per tempo.

www.cerbahealthcare.it

[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](tel:3779524964)

[C. F. 91573680153](tel:91573680153)



Club Alpino Italiano

Sezione di Vimodrone



Via Fiume, 22 - 20055 Vimodrone MI

email: caivimodrone@gmail.com - Pec: vimodrone@pec.cai.it

Telefono: 377 9524964

C. F. 91573680153