



# 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](http://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](mailto:caivimodrone@gmail.com) - Pec: [vimodrone@pec.cai.it](mailto:vimodrone@pec.cai.it)

Telefono: 377 9524964

C. F. 91573680153