



ASSOCIAZIONE TUTTE LE ETA' ATTIVE PER LA SOLIDARIETA' VCO VOL
Iscritta all'Albo Regionale dei Volontari del Piemonte dal 23/07/1999 al n° 371/30 ONLUS
Via Farinelli, 2 – 28921 Verbania Intra tel. 0323 402495 anteas.vco@gmail.com

Grazie al protocollo d'intesa con il Comune di Pettenasco



ORGANIZZA

presso la PALESTRA COMUNALE DI PETTENASCO
una nuova edizione dei seguenti corsi sociali:

YOGA il Martedì ore 18.00

Date: 01/04 – 08/04 – 15/04 – 22/04 – 29/04 –
06/05 – 13/05 – 20/05 – 27/05 – 03/06

GINNASTICA POSTURALE DOLCE

Per la terza età (e non solo) il **Giovedì ore 14.30**

Date: 27/03 – 03/04 – 10/04 – 17/04 – 24/04 –
15/05 – 22/05 – 29/05 – 05/06 – 12/06

PILATES

Il Sabato mattina ore 09.30

Date: 29/03 – 05/04 – 12/04 – 19/04 – 26/04 –
03/05 – 17/05 – 24/05 – 31/05 – 07/06

Costo dell'intero corso, tenuti da istruttori qualificati, € 35,00 per persona (10 lezioni) + € 10,00 per iscrizione annuale all'Associazione ANTEAS con copertura assicurativa compresa. **ATTENZIONE, DA GENNAIO SI PROCEDERA' CON IL RINNOVO DELLE ISCRIZIONI ANNUALI 2025**

È necessario munirsi di materassino e scarpe da ginnastica
Per i nuovi iscritti prima lezione sempre di prova e poi decidi!