

VareseNews

A Bolladello debutta il corso di ginnastica dolce

Pubblicato: Martedì 12 Aprile 2022



A Bolladello di Cairate parte il corso di ginnastica dolce, promosso dal **Centro Anziani Incontriamoci**, in collaborazione con il Comune.

«Grazie al miglioramento della qualita? della vita, l'eta? media della popolazione si e? alzata e quindi e? sempre piu? importante mantenere in salute mente e corpo» dice **l'assessore al sociale Elena Blini**, presentando la nuova attivita?, che si svolgera? il giovedi? mattina, a partire dal 21 aprile, dalle ore 9:30 alle ore 10:30.

A seconda delle condizioni meteorologiche, il corso si svolgera? sulla pista ciclabile (nella foto), nel parco di Bolladello o al Centro Anziani.

Il corso e? rivolto a chiunque voglia riprendere o iniziare una attivita? motoria, soprattutto dopo il lungo e difficile periodo del lockdown.

«Nel programmare il corso, una particolare attenzione e? stata posta **alla terza eta?, ma non solo**» aggiunge Blini. «**Potra? iscriversi chiunque voglia riprendere l'attivita? fisica in maniera dolce e progressiva**».

Il costo di partecipazione e? di 20 euro per quattro lezioni mensili.

Per ulteriori informazioni e iscrizioni (entro il 20 aprile p.v), rivolgersi al Centro Anziani Incontriamoci, presso l'**Area Feste “Fabio Remec” in via G. Garibaldi, Bolladello di Cairate**. Il centro e? aperto dal lunedì? al venerdì? dalle ore 14:00 alle ore 18:00.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it