

“SE MI MUOVO MI SENTO MEGLIO”

Attività per i pensionati di Agno

Gentili signore pensionate, Egregi signori pensionati,

il **20 settembre 2021** riprenderà l'attività al Centro Diurno in MoViMento per l'anno 2021/2022. Ricordiamo che il Centro Diurno in MoViMento è un centro che organizza, per i pensionati di Agno, uno spazio in cui, con del personale preparato e selezionato, eseguire delle attività di movimento adatte a tutti.

Prossimo corso:

Ginnastica dolce da seduti con esercizi di equilibrio, tonificazione e coordinazione, in piccoli gruppi di min. 5 - max. 8 persone

Dove?

Stabile Legato Reina, Piazza Col. Vicari 17, al piano terra, salone CDR

Giorni e orari:

● **lunedì, martedì e mercoledì con i seguenti orari:**

1° gruppo: **09.30-10.15**

2° gruppo: **10.30-11.15**

Da quando:

A partire da lunedì 20 settembre 2021 (chiusure come da calendario scolastico)

Costo?

Lezione di prova gratuita; a seguire possibilità di iscrizione annuale o abbonamenti:

● **quota annuale: fr. 190.--**
(dal 20 settembre 2021 al 20 luglio 2022)

● **abbonamenti di 13 lezioni: fr. 65.--**

1 dal 20 settembre al 22 dicembre 2021

2 dal 10 gennaio al 13 aprile 2022

3 dal 25 aprile al 20 luglio 2022

L'attività sarà adattata alle disposizioni legate alla situazione sanitaria e sarà applicato il piano di protezione Covid.

Conferma d'iscrizione:

Tramite il tagliando che vi sarà consegnato durante la lezione di prova e il pagamento della quota.

Per maggiori informazioni oppure per prenotare la lezione di prova, vi invitiamo a volervi annunciare alla responsabile:

Signora **Elena Naldi**, telefono **079 175 41 44**, dalle ore 19.00 alle ore 21.00, specificando il giorno e il gruppo desiderato.

Ricordiamo che tutte le persone del Comune di Agno in età AVS possono frequentare sia le attività del Centro Diurno In MoViMento qui presentate sia le attività del Centro Diurno Ricreativo (CDR), il lunedì pomeriggio dalle ore 14.00 alle ore 17.00.

Per informazioni sulle attività del Centro Diurno Ricreativo contattare la responsabile:

Signora **Lilly Negri**, telefono **077 453 76 42** oppure visitate i siti www.agno.ch e www.ricettedellepensionate.ch.

Abbiamo inoltre il piacere di informarvi dell'intenzione del Municipio di potenziare le attività dei due Centri, proprio per creare due luoghi piacevoli per una fascia davvero preziosa della nostra popolazione. Maggiori informazioni vi saranno fornite personalmente e attraverso i prossimi numeri di Agno Info.

Con i nostri migliori saluti.

Team **CENTRO DIURNO**
in **MoViMento**

