



# Club Alpino Italiano

Sez. di CERVIGNANO DEL FRIULI «Giusto Gervasutti» APS

Via Garibaldi 18 33052 Cervignano del Friuli



## CORSO DI GINNASTICA 2023-24



Con l'insegnante  
**VALENTINA MAURO**  
laureata in  
Scienze Motorie

**ATTIVITÀ**  
Potenziamento muscolare,  
Mobilità articolare, Postura,  
Coordinamento, Stretching,  
Educazione respiratoria

**INIZIO**  
3 ottobre 2023

**TERMINE**  
31 maggio 2024

>> posti limitati (40)



**QUANDO**  
Martedì 19.00-20.00  
Venerdì 19.30-20.30

**DOVE**  
Palestra Scuola Media  
di Cervignano  
(ingresso da via Galileo Galilei)

**QUOTE SOCI CAI**  
Intero (mar E ven)  
2023 e 2024: € 150  
solo 2023: € 85

Metà (mar OPPURE ven)  
2023 e 2024: € 105  
Metà (mar E venerdì)  
solo 2024: € 105

**ISCRIZIONI il giovedì dalle ore 21:00 alle 22:00 presso la sede CAI**

Via Garibaldi, 18 - 33052 CERVIGNANO DEL FRIULI (UD) - 0431 364288 - [info@caicervignano.it](mailto:info@caicervignano.it)  
Per ulteriori informazioni chiamare Clementina 338 8001376

