

# UNIONE DEI COMUNI DEL BARIGADU

Ardauli – Bidonì - Busachi – Fordongianus – Neoneli – Nughedu Santa Vittoria – Samugheo - Sorradile – Ula Tirso  
Località Giolantine – (09082) Busachi (Or) -

## L'UNIONE DEI COMUNI DEL BARIGADU ORGANIZZA

### Un corso di Ginnastica a corpo libero

mirato al miglioramento della flessibilità articolare, al ripristino del tono muscolare,  
alla rieducazione posturale, rivolto ai

**cittadini adulti**

**di età pari e/o superiore ai 50 anni**

residenti nei comuni appartenenti all'Unione  
dei Comuni del Barigadu.



**DURATA DEL CORSO:** 5 mesi con decorrenza dal mese di agosto 2021 per 2 lezioni settimanali per 1 ora di attività a incontro.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** Palestra o locali ubicati presso il proprio comune di residenza.

**COSTO A CARICO DEI PARTECIPANTI:** € 20,00 mensili per il corso, € 25,00 annuali per assicurazione/tesseramento, oltre all'eventuale costo del certificato medico che è necessario presentare prima dell'inizio del corso.



Per iscriversi al corso di ginnastica è necessario compilare il modulo disponibile presso gli uffici comunali e consegnarlo entro e non oltre il **giorno 10/08/2021** all'Ufficio di Servizio Sociale del proprio comune di residenza.