



## COMUNE DI CASTELFRANCO DI SOTTO

(PROVINCIA DI PISA)

Piazza R. Bertoncini, 1 cap. 56022 (C.F. E p. IVA 00172550501)

### Riparte l'attività motoria Over 65

*Tornano dal 3 ottobre le attività di gruppo, gradualmente e differenziate riservate ai non più giovani. Un ottimo modo per mantenersi in salute e stare in compagnia*

Lo sport e il movimento fanno bene ad ogni età. È per promuovere uno stile di vita sano e diffondere buone pratiche che contribuiscono alla salute dei cittadini che l'Amministrazione Comunale di Castelfranco di Sotto ha riconfermato anche quest'anno le attività motorie riservate ai non più giovani.

Lo scorso anno questo tipo di corsi, avviati sia nel Capoluogo che nella frazione di Orentano, ha registrato un grande successo, attirando la partecipazione di molte persone over 65 desiderosi di migliorare o mantenere il benessere fisico.

La data di inizio è martedì 3 ottobre 2017 sia per il Capoluogo che per la frazione di Orentano.

L'attività che viene proposta è di gruppo, graduale, differenziata a seconda delle condizioni dell'individuo. I due scopi fondamentali che l'iniziativa si prefigge sono combattere lo stile di vita sedentario e stimolare le relazioni interpersonali. Questo tipo di attività è infatti un ottimo modo anche per stare in compagnia e coltivare nuove amicizie.

Per il Capoluogo l'attività si terrà presso la Palestra di Via Magenta nei giorni di martedì e giovedì dalle ore 16.00 alle ore 17.00 e per Orentano si terrà presso la Palestra Comunale nei giorni di martedì e giovedì dalle ore 9.00 alle ore 10.00.

Gli interessati potranno presentarsi per l'iscrizione nei giorni sopra indicati, la quota di iscrizione è di € 10,00 mensili.

Ulteriori informazioni possono essere richieste all'Ufficio Sport del Comune di Castelfranco di Sotto - tel. 0571/487222 - e-mail: [urp@comune.castelfranco.pi.it](mailto:urp@comune.castelfranco.pi.it).