

**UISP Ivrea Canavese in collaborazione con il Comune di Vidracco  
e l'ASL TO4 apre dal 6 ottobre 2020 il centro di**

# **ATTIVITÀ FISICA ADATTATA**



*Per la prevenzione del decadimento funzionale legato all'avanzare dell'età, oppure conseguente a periodi di sedentarietà ed immobilità che, riducendo la possibilità di movimento, potrebbero portare ad un progressivo peggioramento delle condizioni funzionali e ad un conseguente ritiro dalla vita sociale.*

**Nel centro vengono attivati programmi di prevenzione con l'esecuzione di esercizi mirati al miglioramento delle sofferenze muscolo scheletriche con particolare attenzione alle patologie della colonna vertebrale.**

*Non si tratta di riabilitazione che è invece prescritta ed eseguita nell'ambito del SSN, ma di prevenzione.*

## **VIDRACCO**

**IL CORSO SI SVOLGERÀ PRESSO IL SALONE PLURIUSO DEL COMUNE DI VIDRACCO NEI GIORNI DI MARTEDI E GIOVEDI'**

**Dalle h 9.00 alle h 10.00/11.00**

**Ritrovo il 6 ottobre tutti alle ore 9.00, con la possibilità di formare un nuovo corso dalle 10.00 alle 11.00 per il distanziamento anti COVID**

**L'attività è organizzata in moduli di 20 lezioni di un'ora. Quote di partecipazione per ogni singolo modulo 44 € più iscrizione annuale UISP (solo per i non tesserati).**

**Per informazioni e iscrizioni tel. 3497750730 - 3457015317 - 3406743656**