



**Circolo Ricreativo e Sportivo Dilettantistico Aziendale dei Lavoratori del
Comune e della Provincia di Reggio Emilia**

Via S. Pietro Martire n. 2/d REGGIO EMILIA (i) – Telefono 0522 456499 Fax 0522 456385

e.mail: comune.crai@municipio.re.it

"iscritto nel Registro Regionale delle Persone Giuridiche"

- Ai soci iscritti alla ginnastica

Martedì 5 ottobre alle ore 20... pronte/i?! Finalmente... SI PARTE con la ginnastica in palestra!

Per motivi organizzativi non è stato possibile confermare il venerdì, sarà quindi appuntamento fisso settimanale il MARTEDÌ, tutta la stagione sportiva **ottobre 2021-maggio 2022** con la guida di **Raffaele**, istruttore altamente qualificato e con esperienza pluriennale. La palestra è quella di viale Trento Trieste (RE, quartiere Gardenia) e sarà "nostra" dalle 20 alle 21 per dedicarci a esercizi posturali, di pilates ed altri, mirati a sviluppare propriocezione, equilibrio e coordinazione in un'ottica di prevenzione e benessere generale.

Martedì 5 **ottobre** sarà la serata di anteprima per fare conoscenza con l'istruttore e sarà presente la referente organizzativa per conto del Crai (Daniela Friggeri) per darvi tutte le informazioni sul corso, modalità d'accesso e gestione delle presenze nell'impianto sportivo in riguardo alle normative Covid.

VI ASPETTIAMO! 😊😊🙌

E' ancora possibile iscriversi, sono ancora disponibili posti

IL CRAI