

# Acqua fitness <sup>+</sup> per «over 60»

CHF 120.- quota attività Pro Senectute Sport per l'anno scolastico (settembre-giugno)  
+ Costo Lido: CHF 12.- lezione di prova singola oppure abbonamento di CHF 100.- per 10 lezioni-due ore di permanenza



Esercizi di ginnastica dolce in acqua bassa. Lezioni adatte a tutti. Per donne e uomini dai 60 anni.  
2 lezioni di prova!



## Luogo

**Locarno**  
Lido di Locarno

## Giorni e orari

**Lunedì** 12.45-13.30  
**Martedì** 10.00-10.45  
**Martedì** 11.00-11.45  
dal 30.09.2019  
**Venerdì** 10.15-11.15  
**Venerdì** 11.00-12.00  
dal 04.10.2019

## Insegnante

Laura Somalvico  
Natascha Criseo  
Rea Eva Jaraj  
  
Silvana Massera  
Silvana Massera

**Iscrizione:** tramite tagliando d'iscrizione chiamando per

**Informazioni:** Segretariato Pro Senectute, Creativ Center Tel. 091 912 17 17



Le proposte segnate con questo simbolo sono sovvenzionate dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali poiché contribuiscono in modo particolare a contrastare i problemi dovuti all'avanzare dell'età.