

L'attività fisica permette di riappropriarci della nostra fisicità ed identità, è fondamentale per stimolare una sana vita attiva, una adeguata alimentazione e un momento di relax, scarica emotiva in compagnia di ragazzi come noi

IL CORSO SARA
COMPLETAMENTE GRATUITO
PERCHE' FINANZIATO DAI



FITNESS A SCUOLA

OBIETTIVI:

- Recuperare gli studenti che hanno abbandonato o ridotto la pratica sportiva.
- Vivere lo sport con la finalità di promuovere una corretta organizzazione della giornata: scuola-studio-movimento-amici.
- Migliorare la gestione del tempo libero con attività sportive sane inclusive e socializzanti

Tutor – Prof. Pippo Nicola

Esperto – Prof.ssa Caterina Girolometti



IPSSEOA
Savioli
Riccione



Fitness a scuola



LE ATTIVITA PROPOSTE:



- CIRCUITI DI CROSS FIT
- CIRCUITI GAG
- ATTIVITA' CARDIO E BODY TONIC
- ATTIVITA' SPORTIVE



Sede:

Saranno svolte
presso la palestra
centrale
dell'Istituto
IPSSEOA

V.le Piacenza, 35
47838 - Riccione
(RN)

Le attività
saranno
pomeridiane

Ore
14:00 - 16:00

