

Lo dicevano i latini:
“Mens Sana in Corpore Sano”



Oggi si dice:
Corso di Memory Training e Nordic Walking
Prevenire è meglio che curare
Mantieniti allenato dalla testa ai piedi
con l'Associazione Ama Amarcord

La letteratura scientifica suggerisce che l'associazione tra attività fisica e cognitiva permetta di massimizzare i benefici di entrambe. Per questo motivo l'associazione Ama Amarcord Onlus organizza a partire da febbraio 2018 un corso di allenamento della memoria associato ad un corso di Nordic Walking

Il corso di Memory Trainig avrà una durata di 10 incontri di un'ora e mezza ciascuno e verrà organizzato in orario pomeridiano e serale indicativamente di lunedì.

Il corso di Nordic Walking invece si svolgerà il sabato mattina dalle 9 alle 10.00.

Per informazioni e iscrizioni chiamate il numero 3332225965 (Maria Leggieri)

MODULO DI ISCRIZIONE

COGNOME _____ NOME _____ ETÀ _____

LUOGO DI NASCITA _____ DATA DI NASCITA _____

INDIRIZZO _____

CAP _____ CITTÀ _____ PROV. _____

E-MAIL _____ TEL. _____

TITOLO DI STUDIO _____

ORARIO PREFERITO: POMERIDIANO SERALE



San Pietro in Casale



UNIONE
RENO GALLIERA

Iniziativa realizzata
con il Patrocinio del Comune di San
Pietro in Casale
e dell'unione Reno Galliera
il sostegno della Parrocchia dei SS.
Pietro e Paolo



Parrocchia dei SS. Pietro e Paolo
di San Pietro in Casale (Ba)