

Vicenza, 15 novembre 2018

Circolare n. 140/D-ATA

- **Ai docenti**
- **Al personale Ata**

SEDE

OGGETTO: FITNESS SLOW A. S. 2018/2019

Si comunica che

VENERDI 23 NOVEMBRE 2018
DALLE ORE 14.30 ALLE ORE 15.30

avrà inizio l'attività di cui all'oggetto.

Nel corso degli incontri, con cadenza settimanale (sempre di venerdì), saranno svolti esercizi di ginnastica posturale, vertebrale, tecniche di rilassamento e ginnastica dolce in generale.

Le proposte operative, condotte dalla Prof.ssa Pilastro, in collaborazione con i colleghi di Scienze Motorie e Sportive, non prevedono particolari controindicazioni.

I partecipanti all'attività in questione porteranno con sé un paio di scarpe da ginnastica, un paio di calzetti per lavorare senza scarpe, un asciugamano e/o una copertina su cui eseguire i lavori statici a terra (eventualmente il tappetino personale se non si vuole utilizzare il materiale scolastico).

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Bianca Maria Lerro