



# Corso di ginnastica femminile 2014/2015 “NUOVA PALESTRA”

Il Dopolavoro CRP-Banca Marche, in collaborazione con A.S.D.C. CENTER STAGE, propone alle proprie associate, a partire da Martedì 14 Ottobre p.v. fino al 30 aprile 2015, la partecipazione a corsi di ginnastica, tenuti dalla stessa insegnante degli scorsi anni, presso la nuova palestra

**CENTER STAGE – via Senigallia n. 13 (zona tombaccia) - Pesaro  
martedì dalle 18,00 alle 19,00 e giovedì dalle 18,00 alle 19,00**

La quota a carico del socio da versare direttamente alla palestra, a copertura delle spese reclamate per l'uso della stessa è di Euro 100 per l'intero periodo, comprensive della tessera d'iscrizione alla palestra. Ricordiamo che chi aderisce al corso, dovrà tassativamente frequentare lo stesso nei giorni ed orari prefissati.

L'effettuazione del corso prevede da un minimo di 20 ad un massimo di 35 partecipanti.

**Per informazioni: Andrea Gadioli – 338 6415134**

---

## Corso di tai-chi

Il Taijiquan (o semplicemente Tai-chi), nato in Cina come sistema di difesa personale intorno al XII secolo d.C., si è trasformato nel corso dei secoli in una raffinata “forma”, cioè una sequenza di esercizi per la salute ed il benessere (comprendendo esercizi di stretching, di respirazione, di tonificazione ed isometrici). La pratica attenta e costante del Tai-chi aiuta a calmare la mente e a rilassare il corpo, aumenta la mobilità articolare, la forza fisica ed il vigore, migliora equilibrio e coordinazione, rendendo il corpo più agile e armonioso.

Il corso si terrà presso la sede del Dopolavoro a partire da mercoledì 8 ottobre fino a metà dicembre e prevede da un minimo di 10 ad un massimo di 15 partecipanti; le lezioni si terranno il mercoledì dalle 19.30 alle 20.30 circa.

Mercoledì 1 ottobre si terrà una prima lezione dimostrativa. La quota di partecipazione è di euro 30 a socio.

**Per informazioni: Bruno Ferrandes – 340 8902830**

La Sezione Sportiva

scheda di adesione da restituire entro il 7 ottobre

✂-----  
Corsi di ginnastica 2014/2014  
AI DOPOLAVORO AZIENDALE CRP/BDM  
Stefano Magi- Crediti Pesaro

La/il sottoscritta/o \_\_\_\_\_ dip. C/o \_\_\_\_\_ tel./cell. \_\_\_\_\_

chiede di poter frequentare il **corso di ginnastica femminile**

chiede di poter frequentare il **corso di tai-chi**

Sollevo fin d'ora il Dopolavoro da qualsiasi responsabilità per quanto dovesse accadere prima, durante e dopo le sedute del corso.

Data \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

## CONVENZIONI SPORTIVE

### S.S.D. EVOLUTION DANCE PESARO

Via Guidi 2, 61121 Pesaro tel.0721/581512 – cell.338/6547775

Sconto del 10% su ogni attività prescelta; si effettuano corsi di PILATES – ZUMBA - DANZA CLASSICA, MODERNA, JAZZ, CONTEMPORANEO, HIP HOP, BABY DANCE, ACROBATICA - FLEXIBILITY - CHEERLEADING.

Dal 22 al 27 settembre si terrà l' OPEN WEEK con la possibilità di provare tutti i corsi suddetti.

### SPORT VILLAGE PARCO DELLA PACE

piscina comunale Parco della Pace - Pesaro

Offre ai nostri soci la possibilità di acquistare a prezzi agevolati tessere ad ingressi o abbonamenti trimestrali:

- NUOTO LIBERO BLU - 10 ingressi in orario di apertura limitato, validità 60 giorni, prezzo riservato Euro 40,00 (lunedì-venerdì dalle 6:30 alle 12:00, dalle 14:30 alle 16:00, dalle 20:00 in poi - sabato e domenica sempre)
- NUOTO LIBERO - 10 ingressi in qualsiasi orario di apertura, validità 60 giorni, prezzo riservato Euro 50,00
- ABBONAMENTO TRIMESTRALE BLU in orario di apertura limitato come sopra, prezzo riservato Euro 100,00
- ABBONAMENTO TRIMESTRALE per qualsiasi tipo di attività (Nuoto Libero, Fitness, Corpore) Euro 165,00

Si precisa che le condizioni sopra citate sono nominali ed estese anche ai familiari; per usufruire delle agevolazioni sarà necessario presentare la propria tessera di riconoscimento presso la reception della piscina Parco della Pace.

Le condizioni hanno validità dal 15 settembre 2014 fino al 31 agosto 2015.

Per chi non è mai stato tesserato Sport Village il 1° ingresso è gratuito, per qualsiasi attività, in qualsiasi ora.

Se alla fine della prova gratuita si acquista un abbonamento, solo sul quel primo abbonamento acquistato, si applicherà il 50% di sconto sul prezzo di listino in vigore.

---

## Prestito film in DVD

Avvisiamo i nostri soci che dal 25 settembre riprenderà il prestito dei film in DVD.

Il servizio sarà attivo il giovedì dalle 17,30 alle 19,00.