



DA SETTEMBRE 2021!

LA COMMISSIONE GITE ESCURSIONISMO PRESENTA...

per gli escursionisti amanti e frequentatori della montagna

CORSO DI RIEQUILIBRIO POSTURALE

e

**POTENZIAMENTO
MUSCOLARE**

L'escursionismo, pur non essendo uno sport, necessita comunque il mantenimento di una buona forma fisica. Questo corso è pensato per permetterti di affrontare le uscite con il giusto allenamento e godere pienamente le giornate di escursionismo, senza più tornare a casa stramazzando al suolo per la stanchezza!



Il corso, **RISERVATO AI SOCI CAI**, si terrà nei locali della sede CAI UGET - Parco della Tesoriera, Corso Francia 192 - Torino

Per info ed adesione scrivi a commgite@caiuget.it o chiama il numero **3356971974**.

Date, orari e quota d'iscrizione saranno pubblicati sul modulo scaricabile dal sito www.caiuget.it o allegato alla nostra **newsletter**.
(per iscrizioni alla newsletter della Commissione Gite manda mail a commgite@caiuget.it)