

Attività ludico ricreative
a basso impegno
cardio vascolare
con gli istruttori di:



RI DATTI UNA MOSSA!

dal 13 Giugno **2023** inizia

Attività motoria all'aria aperta a **Montebelluna!**

Lezioni gratuite* al PARCO MANIN



REGIONE DEL VENETO



ISCRIZIONI ONLINE : <http://www.aicstreviseo.com/ridatti-una-mossa.html>

La tessera d'iscrizione, comprendente la copertura assicurativa, verrà inviata in formato digitale via email (*€ 10 per tutte le attività).

N.B. Presentarsi agli istruttori delle attività scelte con la TESSERA già fatta! Si possono praticare tutte le attività.

info:

- **AICS Treviso** Tel. 320.6105012 / 320.6633529
Lunedì 9,00-16,00 e dal Martedì al Venerdì 9,00-17,30
- **Ufficio Sport del Comune di Montebelluna** Tel. 0423.617425
Lunedì -Venerdì h. 8,00 – 12,30
- lasciamoilsegno@aulss2.veneto.it



[lasciamoilsegno](https://www.instagram.com/lasciamoilsegno)

Per **ulteriori informazioni**, anche in riferimento al numero di persone ammesse in base ai posti disponibili, si invita a contattare l'associazione/società sportiva ai recapiti telefonici:

- **S.S.D. GDM SPORT ITALIA** TEL. 340.0816019
- **A.S.D. ARABESQUE** TEL. 347.8668169
- **A.S.D. TOP DANCE** TEL. 346.1227468
- **A.S.D. DESPERADOS Country Friends** TEL. 328.7564080
- **A.S.D. MONTEBELLUNA POSTURA** TEL. 393.8853099
- **A.S.D. THIEN LO** TEL. 340.1756997
- **NORDIC WALKING ANWI ASOLO MONTEBELLUNA** TEL. 328.4195464



CAMMINATA E
RISVEGLIO ENERGETICO



BALLI
COUNTRY



ZUMBA



GRUPPI DI CAMMINO
E NORDIC WALKING



VIET TAI CHI



GINNASTICA DINAMICA
MILITARE ITALIANA



DANZA CLASSICA,
MODERNA E HIP HOP

GIUGNO

Martedì 13	Mercoledì 14	Mercoledì 14	Venerdì 16	Lunedì 19	Martedì 20	Mercoledì 21
VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00	CAMMINATA E RISVEGLIO ENERGETICO h. 18,30 - 19,30	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00
Mercoledì 21	Mercoledì 21	Venerdì 23	Lunedì 26	Martedì 27	Mercoledì 28	Mercoledì 28
CAMMINATA E RISVEGLIO ENERGETICO h. 18,30 - 19,30	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00	CAMMINATA E RISVEGLIO ENERGETICO h. 18,30 - 19,30
Venerdì 30						
VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00						

LUGLIO

Lunedì 3	Martedì 4	Martedì 4	Mercoledì 5	Mercoledì 5	Mercoledì 5	Venerdì 7
NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	BALLI COUNTRY h. 19,30 - 20,30	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00	CAMMINATA E RISVEGLIO ENERGETICO h. 18,30 - 19,30	ZUMBA h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00
Lunedì 10	Martedì 11	Martedì 11	Mercoledì 12	Mercoledì 12	Mercoledì 12	Venerdì 14
NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	BALLI COUNTRY h. 19,30 - 20,30	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00	CAMMINATA E RISVEGLIO ENERGETICO h. 18,30 - 19,30	ZUMBA h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00
Martedì 18	Martedì 18	Mercoledì 19	Mercoledì 19	Mercoledì 19	Venerdì 21	Lunedì 24
VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	BALLI COUNTRY h. 19,30 - 20,30	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	ZUMBA h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00
Martedì 25	Martedì 25	Mercoledì 26	Mercoledì 26	Mercoledì 26	Venerdì 28	Lunedì 31
VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	BALLI COUNTRY h. 19,30 - 20,30	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	ZUMBA h. 19,00 - 20,00	VIET TAI CHI h. 19,00 - 20,00	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00

AGOSTO

Martedì 1	Mercoledì 2	Sabato 26				
BALLI COUNTRY h. 19,30 - 20,30	NORDIC WALKING / GRUPPI DI CAMMINO h. 19,00 - 20,00	DANZA CLASSICA, MODERNA E HIP HOP h. 16,00 - 17,30				

SETTEMBRE

Sabato 2	Mercoledì 6	Mercoledì 14				
DANZA CLASSICA, MODERNA E HIP HOP h. 16,00 - 17,30	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00	GINNASTICA DINAMICA MILITARE ITALIANA h. 9,00 - 10,00				

