

AVVISO N. 166

IIS "GUIDO MONACO DI POMPOSA"
Prot. 0011646 del 15/11/2024
IV-2 (Uscita)

Ai Docenti
Al personale ATA

OGGETTO: Benessere psicofisico per il personale scolastico

(Corso di attività motoria di mantenimento per adulti)

Il progetto è dedicato al personale della scuola docente e non docente che desideri dare al proprio corpo una sensazione di benessere effettuando esercizi atti a migliorare la mobilità articolare, allungare e tonificare i muscoli, migliorare la resistenza cardiocircolatoria ed aumentare la propria capacità respiratoria.

Gli insegnanti del corso saranno i proff. **Rodolfo Andreatti** e **Elena Corazza**.

Il corso si svolgerà presso la tendo struttura dell'Istituto nelle giornate di **martedì** e **venerdì** dalle ore **14 alle 15,30** a partire dal **3 dicembre 2024**. Per accedere al corso è necessaria l'iscrizione a mezzo mail a:

rodolfo.andreatti@polocodigoro.edu.it

Le iscrizioni rimarranno sempre aperte.

Codigoro, 15 novembre 2024

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Prof.ssa Angela Lucibello

copia analogica sottoscritta con firma a mezzo stampa ai sensi dell'art.3
del D.lgs. 39/1993 e dell'art. 3 bis comma 4 bis del CAD