

CORSO DI TAI CHI CHUAN

L'Auser Civitavecchia a Cerveteri, in collaborazione con la palestra Dimensione Danza (Via Armando Diaz 10 Cerveteri) ha inserito tra le attività motorie previste un corso di Tai Chi Chuan, una pratica particolare utile per la postura, controllo dello stress e sviluppo dell'autostima.

Il corso si effettuerà con cadenza settimanale e i due incontri si svolgeranno il lunedì e venerdì dalle ore 10,30 alle ore 11,30 in Via Armando Diaz 10 Cerveteri.

Il corso è rivolto ai soci Auser.

Al momento dell'iscrizione occorre presentare la tessera Auser e un **certificato medico di sana e robusta costituzione**.

Per informazioni l'ufficio Auser, sito in Via Pascoli 7 a Cerveteri, è aperto il martedì e giovedì mattina dalle 10,30 alle 12,00; il martedì e mercoledì pomeriggio dalle 16,00 alle 17,30 e il venerdì mattina dalle 10,30 alle 12,00.

Per maggiore informazioni si può anche contattare:

Emma Ciceroni tel. 3356337542

Giulia Cannavò tel. 3393151348

Sissy Violini tel 3479934073 .

IL PRESIDENTE
Adua Carannante