

Avete ceduto ai piaceri della tavola, del lettino e dell'ombrellone in riva al mare e vi sentite fuori forma?



Nulla di catastrofico, sono tutte ottime ragioni per infilarsi le scarpe da ginnastica e iscriversi al Gruppo Podistico Oratorio San Michele.



CHI

dai 18 anni in su

DOVE

Campo «3 Stelle» Desenzano

QUANDO

martedì, 19.00-20.00

COME SI ARTICOLA

1 volta/settimana allenamento di gruppo +
1 volta/settimana allenamento individuale
con tabella personalizzata

TI INTERESSA?

Vieni a provare martedì 30 settembre e
martedì 7 ottobre

N.B. Per iscriversi all'attività podistica è richiesto il Certificato Medico di Buona Salute o di Attività Agonistica

IO CORRERE? MA CHI ME LO FA FARE

Al lavoro il capo ti stressa?

La moglie (o il marito) vuole avere sempre ragione?

Hai bisogno di scaricare la mente?

Ti piace tenerti in forma?

Ti piace porti degli obiettivi e raggiungerli?

Sono solo un esempio delle motivazioni che spingono le persone a correre.

Ti aspetto al Gruppo Podistico. Chissà che un giorno qualcuno vedendoti con pantaloncini e scarpette non dica “Ma chi glielo fa fare!!”.

Per qualsiasi richiesta scrivetemi a: questo indirizzo..

INFO: ORATORIORIVOLTELLA@GMAIL.COM

E' possibile l'iscrizione online sul sito dell'oratorio

ORATORIORIVOLTELLA.IT/ATTIVITA/PODISTICA

IO CORRO...



...NOI CORRIAMO

da settembre, a Rivoltella
sono aperte le iscrizioni all'attività podistica