



A.S.D. CRUT



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA – CIRCOLO RICREATIVO UNIVERSITARIO DI TRIESTE

CORSO DI ACQUATICITA' E NUOTO PER ADULTI



Vieni a provare ad imparare a stare bene in acqua con un corso d'acquaticità e nuoto, tenuto da un istruttore FIN, per imparare ad acquisire consapevolezza nell'acqua con la giusta respirazione ed esercizi per padroneggiare il proprio corpo, fino ad apprendere la tecnica corretta dei vari stili
Ogni giovedì dalle 21 alle 22 presso la piscina Bruno Bianchi, Passeggio S. Andrea 8 Trieste fino a maggio a partire da

GIOVEDÌ 28 MARZO 2019

Quota di partecipazione € 50 (soci dipendenti € 40, soci familiari €45) e certificato medico per attività non agonistica

- (info: Paola Brunetti cell 328 6189953, e-mail – paobru4@gmail.com)