

MalpensaNews

Al via la 3° Edizione della “Palestra in Giardino” a Jerago: attività motoria gratuita per gli over 65

Orlando Mastrillo · Wednesday, April 2nd, 2025

Torna anche quest'anno la “Palestra in Giardino”, l'iniziativa di attività motoria gratuita dedicata agli over 65, giunta alla sua terza edizione. Gli appuntamenti, organizzati da Codess Sociale, si terranno al CDI Don Ghiringhelli di Jerago con Orago, in via Galileo Galilei 8, e saranno accompagnati da fisioterapisti e personale altamente specializzato.

I partecipanti avranno la possibilità di partecipare a sessioni di esercizi pensati per migliorare il benessere fisico, la mobilità e la socializzazione. Gli incontri si svolgeranno in modalità all'aperto, con la speranza di poter sfruttare la bellezza dei giardini per un'esperienza ancora più piacevole e salutare.

Date e orari degli incontri:

Martedì 6 maggio

Giovedì 8 maggio

Martedì 13 maggio

Giovedì 15 maggio

Martedì 29 maggio

Giovedì 22 maggio

Gli incontri si terranno dalle 10:30 alle 11:30 e sono completamente gratuiti.

Per prenotazioni:

È possibile partecipare a uno o più incontri. Per prenotarsi, telefonare al numero 0331.21.52.33 oppure inviare un messaggio WhatsApp al 335.13.20.869. In caso di maltempo, l'incontro sarà annullato o rinviato.

Si consiglia di presentarsi con abbigliamento comodo per poter partecipare in sicurezza e con il massimo del comfort.

This entry was posted on Wednesday, April 2nd, 2025 at 6:40 pm and is filed under [News](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.