



SCI CLUB PREDAIA

Sport
Amicizia
Montagna

Organizza

corso di preparazione

PRESCIISTICA

**NON FARTI TROVARE IMPREPARATO
ALLA STAGIONE INVERNALE** ❄️

Con la personal trainer

ELISABETTA NICOLETTI



**PRESSO LA PALESTRA SCUOLE ELEMENTARI
DI TRES**



LUNEDÌ DALLE ORE 20:00 ALLE ORE 21:00

MERCOLEDÌ DALLE ORE 20:00 ALLE ORE 21:00



NEI MESI DI OTTOBRE-NOVEMBRE

**(TOTALE 15 LEZIONI DAL 14.10.2026
AL 02.12.2026)**



**(Costo: 75,00 € corso intero /
40,00 € metà corso)**

**FORZA
RESISTENZA
EQUILIBRIO**



**INIZIO MERCOLEDÌ
14 OTTOBRE 2026**

PER ISCRIZIONI



OnLine al link:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQL5cqgeQi00nJcVIFpk39WXd4I4DMpRnNY38Ay1Tg-ijapd8Bag/viewform?usp=publish-editor>



Telefono : 338/8757293 (Massimo)



e-mail : info@sciclubpredaia.it



**Scansiona
il QR code
per iscriverti
subito!**



NB! Per mantenere un buon livello qualitativo del corso e per motivi di spazio le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento di **40 persone partecipanti**, per accedere alla palestra l'iscrizione è **obbligatoria**.



**(Obbligatorio
cambio scarpe da ginnastica
e consigliato materassino
per gli esercizi a terra)**