



ASSOCIAZIONE CULTURALE PER LA  
PROMOZIONE DI CORRETTI STILI DI VITA

Via Savioli, 3 - 40137 Bologna  
tel 333 6198635 – 339 8548313  
e-mail associazionepercorsi@gmail.com

## **PROGRAMMA ATTIVITA' DA GENNAIO A MARZO 2017**

### **Conferenze e incontri**

(presso il Centro Socio-ricreativo Stella-Via Savioli n. 3, Bologna)

Martedì <b>24 gennaio '17</b> (ore 17,30 - 19)	<b>Dott.sa Annalisa Maghetti</b> (Medico Specialista in Scienza dell'alimentazione)	<b>"Cosa metto nel carrello?"</b> Consigli e strategie per acquisti consapevoli"
Martedì <b>14 febbraio '17</b> (ore 17,30 - 19)	<b>Dott. Marco Malaguti</b> (Ricercatore del Dipartimento di Scienze e qualità della vita)	<b>"Alimentazione ed attività fisica: un binomio per la salute"</b>
Martedì <b>7 marzo '17</b> (ore 17,30-19) In collaborazione con il Centro Stella	<b>Dott. Francesco Ballardini</b> (Fisioterapista)	<b>"Le origini delle vertigini: cause e soluzioni"</b>
Martedì <b>14 marzo '17</b> (ore 17,30 - 19)	<b>Dott. Dimitri Zuffa</b> (Agronomo)	<b>"Le erbe nel piatto"</b> Seconda puntata

### **Attività motorie (a prezzi agevolati):**

**Ginnastica posturale c/o Centro Stella:** dall'11 gennaio '17, mercoledì,  
con la Fisioterapista **Dott.sa Valentina Pellizzone**.

**Nuoto, Acquagym, Total Fitness, Pilates, Hatha Yoga** in convenzione  
con la **Polisportiva del Villaggio del Fanciullo**, dal 9 gennaio '17.

**Attività fisica a ritmo di musica caraibica c/o Centro Stella:**  
dal 19 gennaio '17, tre giovedì al mese, alle ore 11.10;

**Hot yoga**, il giovedì restante, sempre alle 11.10 **al centro Stella**.

**Acquagym c/o presso Piscina dello Stadio:** dal 9 gennaio '17, lunedì e  
venerdì, ed eventualmente mercoledì, con istruttrice UISP. In questa  
Struttura non sono previsti sconti, ma si possono recuperare le lezioni  
perse.

**Passeggiate** nei dintorni gestite dai soci e **Visite culturali** a musei e  
mostre sono comunicate con appositi avvisi ai soci e nelle bacheche

**Sportello presso l'U.O. di Endocrinologia – Sant'Orsola**

**Mercoledì:** ore 9.30 – 12. **Per i Percorsi Bariatrici: Giovedì** ore 15–18.

### **Informiamo infine che,**

presentando la tessera di Percorsi, la **Farmacia San Silverio di Chiesa  
Nuova** e la **Farmacia del Pavaglione**, concedono un piccolo sconto.