

L'Associazione Sportiva Dilettantistica OliTango, con il contributo del Quartiere Santo Stefano e in collaborazione con il Centro Sociale Lunetta Gamberini, il Centro Sociale Stella e Asd Riabilitango di Milano, propone a partire da Settembre, le seguenti attività, gratuite e rivolte a persone con più di 60 anni:

- **Un percorso di 12 incontri gratuiti di Tango per over 60** con l'utilizzo del Metodo Riabilitango®, dal 24/09/2019 al 10/12/2019, con cadenza settimanale, il martedì mattina, dalle 10:00 alle 11:00, presso il Centro Sociale Lunetta Gamberini, via degli Orti 60 a Bologna
- **2 incontri gratuiti di Tango per over 60** con l'utilizzo del Metodo Riabilitango®, nelle date del 6 e 20 settembre, il venerdì mattina, dalle 10:30 alle 11:30, presso il Centro Sociale Stella, in Via Savioli 3 a Bologna

Gli incontri di Tango sono finalizzati al miglioramento del benessere psicofisico. Utilizzeremo il Metodo Riabilitango® per:

- rinforzare equilibrio e postura
- migliorare la qualità del cammino e del movimento
- allenare la memoria
- acquisire fiducia nelle proprie potenzialità
- alleviare stress e ansia
- socializzare divertendosi

COSA FARE PER PARTECIPARE:

- prenotare il proprio posto al **3394734113** o via email a: info@olitango.it
- la partecipazione a tutte le attività è gratuita
- è necessario avere la **tessera Olitango-AICS** e la **tessera Federcentri** (quota complessiva per le due tessere: 18 euro, comprensive di assicurazione e innumerevoli agevolazioni su cinema/teatri/librerie/piscine, ecc.). E' possibile tesserarsi in loco
- portare copia di un **certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica** (obbligatorio per legge). Asd OliTango per supportare tutti i suoi soci si avvale della convenzione di AICS con il medico Dott. Zeno Zani, che effettua visita completa con elettrocardiogramma e rilascio del certificato

medico per la quota agevolata di 10/20 euro. Se a qualcuno dei partecipanti risultasse utile è possibile usufruire di questa opportunità, che però non è obbligatoria.

Per maggiori informazioni sulle attività visitare il sito:

<https://www.olitango.it/tangoterapia-progetti-salute-bologna/over-60/>