COMUNE DI ALTOPASCIO

Settore Servizi Sociali e Scolastici

Via Casali 26 Altopascio 55011 (LU)

AVVISO PUBBLICO

ISCRIZIONI AI CORSI DI ATTIVITÀ MOTORIA PER OVER 55 – ANNO 2025/2026

Il Comune di Altopascio informa la cittadinanza che a partire **da martedì 16 settembre 2025** saranno **aperte le iscrizioni ai corsi di attività motoria rivolti ai residenti con età pari o superiore ai 55 anni.**

L'iniziativa, promossa dall'Amministrazione Comunale in collaborazione con le Associazioni Sportive Dilettantistiche **Body Mind** e **Olympia Gym**, ha l'obiettivo di:

- favorire uno stile di vita attivo e sano,
- migliorare salute, mobilità e benessere psico-fisico,
- promuovere l'aggregazione sociale e contrastare l'isolamento.

SEDE E ORARI DEI CORSI

Località	Sede	Giorni	Orari	ASD Responsabile
Altopascio	Palestra Comunale, Via Marconi	Martedì e Giovedì	14:30 – 15:30	ASD Body Mind
Badia Pozzeveri	Comitato Paesano	Mercoledì e Venerdì	15:30 – 16:30	ASD Olympia Gym
Spianate	Palestra Scuola Primaria	Lunedì e Giovedì	16:30 – 17:30	ASD Olympia Gym

PERIODO

- **Inizio corsi:** lunedì **6 ottobre 2025**
- **Conclusione corsi: 31 maggio 2026**

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

- **€ 130,00** per l'intero ciclo di incontri (ottobre–maggio)

La quota può essere versata:

- in **un'unica soluzione** da € 130,00 entro il **31 dicembre 2025**
  oppure
- in **due rate** da € 65,00 ciascuna:
  - **prima rata** entro il **31 dicembre 2025**

- **seconda rata** entro il **31 marzo 2026**

REQUISITI PER L'ISCRIZIONE

- Residenza nel Comune di Altopascio
- Età ≥ 55 anni
- **Certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica (obbligatorio)**, comprensivo di **ECG**

  La richiesta per la visita medico-sportiva deve essere quella relativa **all'ASD responsabile** del corso scelto.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

I **moduli** per presentare la domanda di iscrizione saranno reperibili presso i seguenti uffici:

- **Ufficio Servizi Sociali** Via Casali n. 26 Altopascio, negli orari di apertura al pubblico;
- **Ufficio Relazione al Pubblico (URP)** P.zza Vittorio Emanuele n. 1 Altopascio, negli orari di apertura al pubblico;
- **Sul sito istituzionale** del Comune di Altopascio: **www.comune.altopascio.lu.it**

Le **domande di iscrizione** potranno essere presentate:

Di persona, presso:

- **Ufficio Protocollo** del Comune
- **Orari di apertura:** dal lunedì al venerdì, ore 8:30 – 12:30

Oppure via PEC all'indirizzo:
comune.altopascio@postacert.toscana.it
(specificando nell'oggetto: *Iscrizione attività motoria over 55 – 2025/2026*)

Apertura iscrizioni: 16 settembre 2025
Le iscrizioni resteranno aperte fino ad esaurimento posti disponibili.

COSA PORTARE AI CORSI

Per partecipare è obbligatorio presentarsi in palestra muniti di:

- Un **tappetino da ginnastica**
- Un paio di **scarpe da ginnastica da utilizzare esclusivamente all'interno della palestra**

INFORMAZIONI E CONTATTI

Ufficio Servizi Sociali
📞 **Tel.** 0583.216353
✉ **Email:** servizi.sociali@comune.altopascio.lu.it

1. **Ufficio Relazioni con il Pubblico (URP)**
   Tel. 0583.240311
   Email: informa@comune.altopascio.lu.it

Il Responsabile
Dott. Gian Marco Bertozzi