

25-28 NOVEMBRE IMPIANTI SPORTIVI CA' RASI
PADOVA - MANDRIA

LO SPORT ALLEATO DELLE DONNE



UNA MARATONA DI ATTIVITÀ PER CELEBRARE LA GIORNATA
MONDIALE CONTRO LA VIOLENZA SULLE DONNE



ATTIVITÀ

GIO 25.11

- 8.30 - 11.30 LEZIONI APERTE WELLNESS
- 11.30 - 12.45 LEZIONE APERTA NORDIC WALKING
- 12.10 - 13.10 EDUCAZIONE MOTORIA SCUOLA DELLA VITTORIA
- 16.00 - 20.00 GINNASTICA ARTISTICA
- 20.00 - 21.00 ZUMBA FITNESS
- 21.00 - 23.00 BASKET

ATTIVITÀ

VEN 26.11

- 16.00 - 17.00 LEZIONE APERTA GIOCOSPORT
- 17.00 - 20.00 PATTINAGGIO
- 20.00 - 21.30 BASKET
- 21.00 - 23.30 TANGO ARGENTINO

ATTIVITÀ

SAB 27.11

- 11.00 - 12.30 LEZIONE APERTA KARATE E AUTODIFESA
- 11.30 - 12.45 LEZIONE APERTA NORDIC WALKING (ARIANNA)
- 14.00 - 15.30 LEZIONE APERTA TAEKWONDO
- 14.30 - 15.30 LEZIONE APERTA YOGA E MEDITAZIONE
- 15.00 - 18.00 TORNEO AMATORIALE PALLAVOLO MISTO
- 15.00 - 18.00 TORNEO AMATORIALE CALCIO A 5 F

APPROFONDIMENTI

SAB 27.11

ORE 10.00/11.30

PERCHÉ LO SPORT FA BENE ALLE DONNE, ALLA MENTE E ALLA LEADERSHIP.
SEMINARIO DI PSICOLOGIA DELLO SPORT

ORE 16.00

MAI PIÙ VITTIME, GRAZIE ALLO SPORT.

TESTIMONIANZE A CONFRONTO PER RICORDARE LE DONNE VITTIME DI VIOLENZA

DOM 28.11

09.00 - 18.00

GARA ELITE GINNASTICA ARTISTICA

Le attività proposte sono aperte a tutt e gratuite*
sarà attiva una raccolta fondi a favore di organizzazioni impegnate a sostenere le donne vittime di violenza.

www.usaci.org/sportdonna

☎ 3472113346

0498670659 - 0498670510

info@usacipadova.org

Impianti sportivi Ca' Rasi

Via Ca' Rasi 2B

35142 - Padova

Preghiamo il gentile pubblico di rispettare le vigenti normative covid-19



Con il contributo di



Comune di Padova
Settore Servizi Sportivi

Con la collaborazione di

