

# Alleniamoci al Parco sport e benessere all'aria aperta

NEI WEEKEND DI MAGGIO E GIUGNO  
AREA VERDE PONTINO TAGLIAPIETRA

COPPARO, VIA AGNELLI



## CORSI AD ACCESSO LIBERO E GRATUITO

dal venerdì alla domenica presso l'area verde Pontino Tagliapietra • richiesto il certificato medico sportivo  
INFO: 392 0080447 • sportalpontino@gmail.com

le associazioni saranno presenti il 1° maggio dalle 10 alle 12 per dare le prime informazioni sul progetto e iniziare a fare attività sportiva insieme



### Atletica Corriferrara Copparo Runner's School

#### Walking e Running

CALENDARIO ATTIVITÀ

**Walking** (over 65)  
venerdì dalle 19 alle 20  
dal 6 maggio

**Running** (donne)  
sabato e domenica dalle 9 alle 11  
dal 14 maggio

**INFO e prenotazioni:**

392 0080447

irene.pulgia@gmail.com



Ren Bu Kai  
Japanese Karate Do  
株式会社日本の空手道学校

### Ren Bu Kai Karate Do Karate bambini e ragazzi, difesa personale donne

CALENDARIO ATTIVITÀ

**Karate ragazzi**

venerdì dalle 17 alle 19  
sabato dalle 10.30 alle 11.30  
domenica dalle 16.30 alle 17.30

**Difesa personale** (donne)  
sabato dalle 16.30 alle 17.30  
domenica dalle 10.30 alle 11.30

**INFO e prenotazioni:**

333 3695117

roberto.borellini@libero.it



### Well Fit SDD Yoga, Flow fit, Natural Movement

CALENDARIO ATTIVITÀ

**Yoga posizioni e respiro/  
Natural movement**  
venerdì dalle 16 alle 17

**Flow fit** (donne)  
sabato e domenica  
dalle 10.45 alle 11.45  
dal 1 maggio

**INFO e prenotazioni:**

347 8072982

wellfitpalestra@gmail.com



### Gruppo Teatro Danza Danza Hip Hop per bambini e ragazzi

CALENDARIO ATTIVITÀ

**Hip Hop bambini** (6-11 anni)  
dalle 10 alle 11

**Hip Hop ragazzi** (da 11 anni)  
dalle 11 alle 12

weekend 14/15 e 21/22 maggio

**INFO e prenotazioni:**

348 3613866

info@dancenation.it