



Viale Resistenza, 3
44021 Codigoro (FE)
Cod.mecc.FEIS004001 Cod.Fisc.82004200380
Tel.0533-712164 Fax 0533-712162
Peo FEIS004001@istruzione.it
Pec FEIS004001@pec.istruzione.it
Sito web <http://www.polocodigoro.edu.it>

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE
"G.MONACO DI POMPOSA" – "T.LEVI CIVITA"

ISTITUTO TECNICO COMMERCIALE E PER GEOMETRI
Amministrazione, Finanza e Marketing
Costruzioni, Ambiente e Territorio
Informatica e Telecomunicazioni
Meccanica Meccatronica

LICEO SCIENTIFICO
LICEO LINGUISTICO
LICEO DELLE SCIENZE UMANE

Al personale docente
Al personale non docente

Agli Atti

Oggetto: Corso di attività motoria di mantenimento per adulti. Benessere psicofisico postcovid

Il progetto, inserito nel PTOF di Istituto 2021-22 e già presente gli anni scorsi, è dedicato al personale della scuola docente e non docente che desidera dare al proprio corpo una sensazione di benessere effettuando esercizi atti a mobilitare le articolazioni, allungare e fortificare i muscoli, migliorare la resistenza cardiocircolatoria ed aumentare la propria capacità respiratoria.

L'attività sarà svolta nel rispetto di tutte le normative anti Covid e delle misure in uso per l'utilizzo della palestra.
Gli insegnanti del corso saranno i proff. Guirrini e Andreotti, docenti di Scienze motorie e sportive dell'Istituto.

Il corso si svolgerà presso la palestra dell'Istituto nelle giornate di **Martedì** e **Venerdì** dalle ore **14 alle 15,30** a partire dal **1 marzo 2022**. Per accedere al corso, si prega di inviare l'iscrizione a mezzo mail a fabrizio.guirrini@polocodigoro.edu.it entro il 27 febbraio 2022.

Codigoro 15 febbraio 2022

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Carmine Iannicelli