

CORSI POMERIDIANI A PAGAMENTO - INDIRIZZATI AL PERSONALE E AI GENITORI DEGLI ALUNNI

Nell'ottica dell'estensione dell'offerta formativa all'intera comunità scolastica, prevista dal P.O.F. dell'Istituto, sono stati istituiti anche quest'anno dei corsi pomeridiani/serali per adulti.

La scelta culturale che sta alla base dell'iniziativa è rappresentata dalla volontà di estendere al personale ed ai genitori (ma anche a familiari o amici di questi) la possibilità di usufruire di opportunità formative specifiche nell'ambito dell'Istituto. In ogni caso hanno la precedenza, qualora si superi il numero massimo di iscritti, il personale e i familiari dei nostri alunni.

Per l'iscrizione è necessario compilare l'apposito tagliando e consegnarlo in Segreteria **entro Lunedì 8 ottobre** (per i genitori, anche tramite il proprio figlio, che lo consegnerà al coordinatore di classe).

Trieste, 1 ottobre 2018

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
(Andrea Avon)

TITOLO DEL CORSO INSEGNANTE-COSTO-NUM.PARTECIPANTI	SEDE, ORARIO E DURATA	DESCRIZIONE DEL CORSO
<p><u>CORSO DI GINNASTICA A CORPO LIBERO</u> INSEGNANTE: Prof. Corrado Osvaldini NUMERO PARTECIPANTI: minimo 16/17 iscritti bisettimanali, massimo 30 per giornata. COSTO ISCRIZIONE: 1 giorno a settimana: 130€ annuali 2 giorni a settimana: 220€ annuali (è possibile il pagamento in due rate)</p>	<p>ORARIO: lunedì e giovedì - 19-20 DURATA: dal 15 ottobre 2018 al maggio 2019 (25 o 50 ore) SEDE: Scuola Media F. Rismondo – Palestra</p>	<p>Lezioni rivolte ad un pubblico sia maschile che femminile, interessato a migliorare le proprie capacità fisico/motorie come coordinazione neuro-muscolare, equilibrio, mobilità articolare, forza, resistenza, velocità, mediante la realizzazione di una vasta gamma di esercizi proposti dal docente responsabile, senza l'obbligo di seguire alcun ritmo particolare od imposto, lasciando ad ogni singolo la libertà di esecuzione personale. Saranno particolarmente privilegiati l'allungamento attivo e passivo, il potenziamento addominale e la mobilità della colonna vertebrale.</p>
<p><u>CORSO DI AEROBICA E TONIFICAZIONE GAG</u> INSEGNANTE: Roberta Pagnotelli NUMERO PARTECIPANTI: minimo 14/15 iscritti bisettimanali, massimo 30 per giornata. COSTO ISCRIZIONE: 1 giorno a settimana: 130€ annuali 2 giorni a settimana: 220€ annuali (è possibile il pagamento in due rate)</p>	<p>ORARIO: lunedì e giovedì - 14.45-15.45. DURATA: dal 15 ottobre 2018 al maggio 2019 (25 o 50 ore) SEDE: Scuola Primaria Pertini– Palestra</p>	<p>Il corso è rivolto a coloro che vogliono mantenere il proprio corpo tonico ed elastico ed è strutturato in due parti: la prima consiste in un riscaldamento aerobico con allungamento statico-dinamico e semplici coreografie con i passi di base dell'aerobica; la seconda comprende esercizi a terra rivolti alla bonificazione dei vari distretti muscolari, in particolare Gambe-Addominali-Glutei (GAG)</p>
<p>-MODALITA' DI PAGAMENTO: tramite BONIFICO presso IT 85 A 01030 02205 000061279413 MONTE DEI PASCHI DI SIENA -SCADENZA DI PAGAMENTO: saldo entro il 31 ottobre (per i corsi su due giorni è possibile il pagamento in due rate: 31 ottobre e 31 gennaio)</p>		



SCHEDE DI ISCRIZIONE AI CORSI POMERIDIANI/SERALI A PAGAMENTO PER ADULTI – **A.S. '18-'19** I.C. IQBAL MASHI, Via Forlanini 32
 DA CONSEGNARE ENTRO **Lunedì 8 ottobre** IN SEGRETERIA o inviare via mail a tsic80200n@istruzione.it

NOME E COGNOME.....

e-mail@..... TEL.....

ALUNNO / DIPENDENTE DI RIFERIMENTO.....

(se il riferimento è un alunno) CLASSE..... SCUOLA.....

Barrare qui sotto le proprie scelte. La firma prevede l'impegno al versamento degli importi entro le scadenze fissate.

GINNASTICA 2 gg. (50 ore) 1 rata / 2 rate oppure 1 gg (25 ore) (LUN - GIO - INDIFFERENTE)

AEROBICA 2 gg. (50 ore) 1 rata / 2 rate oppure 1 gg (25 ore) (LUN - GIO - INDIFFERENTE)

Data

Firma.....

N.B. Se il corso non prendesse avvio per mancato raggiungimento del numero minimo, verrete contattati via mail o telefonicamente.