



**Istituto Tecnico Industriale Statale "Q. Sella"**

13900 BIELLA



## COMUNICATO N° 007

### ATA

**Oggetto:** Corso di Yoga, Stretching e Fitness per Docenti e personale A.T.A.

Si comunica che l'Istituto organizza un corso di YOGA e STREATCHING e un corso di FITNESS per il personale della scuola.

Le lezioni si svolgeranno il lunedì (Fitness) e il giovedì (Yoga e Stretching) dalle ore 17.00 alle ore 18.00 nella palestra fitness (ingresso dal cortile palestra sede) della sede centrale e avranno obiettivi finalizzati al detox, miglioramento posturale, rilassamento, tonificazione e benessere generale.

L'attività avrà inizio giovedì 21 ottobre p.v. e si concluderà lunedì 29 maggio 2022.

Gli interessati sono invitati a una settimana di prova, contattando per ulteriori informazioni la Prof.ssa Flavia SPINELLI (3313199769).

Per la frequenza al corso è richiesto un contributo di € 120.00 per la partecipazione a n. 1 incontro settimanale e di € 160.00 per la partecipazione a n. 2 incontri settimanali da pagare tramite bonifico bancario IBAN: **IT35F0623022300000043398688 - CREDIT AGRICOLE di Biella** – Filiale di Via Lamarmora 15/d intestato a Istituto Tecnico Industriale Statale "Q. Sella)

Cordiali saluti.

Biella, 15 ottobre 2021



IL DIRIGENTE SCOLASTICO  
Prof. Giovanni MARCIANO'