

Statuto

La voglia di stare insieme, di sfruttare a pieno gli spazi di cui la parrocchia dispone e il desiderio di **mantenere il nostro corpo in salute, così come ci è stato dato**, ci ha spinte a ritrovarci nei locali parrocchiali per alcuni momenti settimanali di attività sportiva femminile.



Grazie alla propria esperienza personale, Maria Paola, parrocchiana del Terminetto che ha messo a disposizione dell'attività oratoria il suo tempo gratuitamente, guida gruppi di attività sportiva femminile all'interno dei **locali parrocchiali del Terminetto** (Ex-Bocciodromo).

Un workout breve, impegnativo e completo per allenare tutto il corpo con esercizi cardio e di tonificazione total body. L'effetto estetico che normalmente viene definito "tonificazione" si ottiene dimagrendo e allenandosi costantemente ad alta intensità. Il nostro allenamento al femminile è finalizzato proprio ad apportare benefici evidenti su tutto il corpo, permettendo di tonificare i muscoli, migliorare la forza, la resistenza e la stabilità motoria.

Orari degli allenamenti

LUNEDÌ – MERCOLEDÌ –
GIOVEDÌ ORE 19

Locali Parrocchiali Terminetto

Per l'assicurazione nell'accesso agli spazi dell'oratorio e la partecipazione alle attività della parrocchia è richiesto il **tesseramento ANSPI** (quota annuale associativa di 10 euro).

Per l'attività sportive si richiede una partecipazione alle spese della parrocchia (mantenimento degli ambienti, luce, riscaldamento, ...) tramite un'**offerta simbolica** con importo minimo di 30 euro al mese. L'offerta potrà essere fatta direttamente sul conto della parrocchia:

Intestato a: Oratorio/circolo Anspi Migliarina

IBAN: IT29H0872624800000000108376

Banca: Banca Versilia Lunigiana e Garfagnana

Causale: Offerta attività sportive – <Mese riferimento>

Con l'obiettivo di rendicontare le offerte derivanti dall'attività e mantenere sempre la massima trasparenza nelle questioni economiche come siamo abituati, vi chiediamo di mandarci via mail o whatsapp le ricevute delle offerte mese per mese, così da creare, a metà/fine anno un **piccolo report** per rappresentare alla comunità il nostro gruppo e il sostegno che porta alla parrocchia. Di seguito i riferimenti che puoi utilizzare:

- Mail: chiarf72@gmail.com
- WhatsApp: 340 2994812

Vi ringraziamo per la partecipazione ma **a ringraziarvi sarà ancora di più il vostro corpo!**