Liceo Statale Carlo Tenca (https://www.liceotenca.edu.it)

Teniamoci in forma
Anno scolastico: 2023-2024
Durata Progetto: annuale
Responsabile: Reichstein Arianna

Sintesi del progetto

Il progetto, riservato ai docenti, si prefigge l'obiettivo di mantenere uno stato di forma fisica salutare, di migliorare la postura attraverso esercizi a corpo libero o con piccoli attrezzi volti a rinforzare la muscolatura del corpo. Il corso prevede un'incontro a settimana della durata di 1 ora a partire da Novembre in palestra piccola al piano terra.

Obiettivi:
Mantenimento di una forma fisica salutare
Miglioramento della postura
Rinforzo muscolare
Destinatari:
Docenti

Soggetto proponente
Soggetto proponente: Docenti

Modalità di partecipazione: A richiesta dei singoli studenti

Orario e periodo di svolgimento

Tempo	Periodo	Orario
Extracurriculare	Novembre- giugno	14:30-15:30

Reichstein Arianna
15/10/2023
Data immodificabilità contenuto: Lunedì, 16 Ottobre, 2023 - 23:00
Area Progetto:

- P02.1 - EDUCAZIONE ALLA SALUTE

Inviato da reichstein.arianna il Dom, 15/10/2023 - 13:21