



CORSI PALESTRA

REGOLAMENTO

Possono usufruire della gratuità solo le persone maggiorenni, in possesso di certificato medico, che non risultino già iscritte da settembre 2024 nelle palestre, piscine o ASD/SSD in cui intendono utilizzare il coupon presente nella scatola.

OCCORRE:

Scansionare il codice Qr contenuto nella scatola per accedere alla pagina dedicata alla sperimentazione italiana sul sito www.movement-pills.eu/ e selezionare la voce di menù riguardante il vostro Comune o area metropolitana dove sarà possibile visionare le attività proposte.

Visionare tutte le attività presenti in questo bugiardino e dopo aver scelto quelle di vostro interesse contattare le segreterie di polisportive, palestre, piscine e dei comitati UISP per conoscere i termini della promozione, le attività e gli slot orari disponibili.

Non dimenticare di portare con te la scatola per fare le attività sportive gratuite concordate telefonicamente o via mail.

La promozione è valida fino ad esaurimento dei posti che ogni società ha messo a disposizione.

Ricordiamo che la scatola e il buono omaggio per i due mesi di attività fisica sportiva sono spendibili dal 1/03/2025 al 30/04/2025

L'ATTIVITÀ GRATUITA TERMINERÀ PER TUTTI IL 30 APRILE 2025

MOVEMENT PILLS 2.0

È una campagna europea di contrasto alla sedentarietà e di promozione della cultura del movimento per il benessere psicofisico e la salute in generale, finanziata dall'Unione Europea.

Il progetto prevede la distribuzione capillare, nei Paesi partner di Movement Pills Boxes, di vere e proprie scatole che assomigliano a quelle dei medicinali, intese però come rimedio naturale in grado di prevenire malattie legate all'inattività.

Le scatole infatti contengono un flyer (coupon) che vale per 2 mesi di attività fisica gratuita nelle strutture (palestre, piscine, impianti, comitati Uisp) che aderiscono al progetto e le credenziali di accesso a lezioni interattive di sport online e/o a video tutorial.

L'iniziativa mira a sensibilizzare e incoraggiare i cittadini a diventare più attivi, la scatola che hai tra le mani è quindi un'opportunità per inaugurare un cambiamento per il tuo benessere e una vita più sana.

Il progetto, promosso da UISP Aps è realizzato da: Italia, Danimarca, Belgio, Romania, Bulgaria, Grecia, Polonia, Estonia.

In Italia si svolge con la collaborazione di 12 comitati Uisp provinciali ed è attivo in oltre 220 Comuni e Aree metropolitane, contando sull'adesione di 370 tra ASD e SSD (Associazioni e Società sportive dilettantistiche).

Le 120.000 scatole di Movement Pills, permetteranno di scegliere tra una rosa di **oltre 1.200 attività sportive e motorie promosse in tutta Italia e riportate nel seguente bugiardino.**

CORSI PALESTRA

POLISPORTIVA GAREGNANO

MILANO
Tel. 02 23181768
segreteria@polisportivagaregnano.it
www.polisportivagaregnano.it

ATTIVITÀ PROPOSTE NELLE VARIE SEDI

CENTRO SPORTIVO CAPPELLI SFORZA
Via Lampugnano
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

COOPERATIVA ECOPOLIS
Via Sapri, 79
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

COOPERATIVA LABRIOLA
Via Falck, 51
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

TIRO A SEGNO NAZIONALE
Via Achille Papa, 22/b
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

COMUNITÀ VILLAPIZZONE
Piazza Villapizzone, 3
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

CENTRO SOCIO RICR. CULT. ALDINI
Via Aldini, 72
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

CENTRO SOCIO R. C. ACQUABELLA
Via Don S. Martino, 10
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

CENTRO SOCIO RC MONTE GRAPPA
Via Monte Grappa, 8
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

COOPERATIVA ABITARE
Via Ornato, 7
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

CRAL MILANO
Via Bezzecca, 24
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

PARROCCHIA SANTA TERESA
Via Asiago, 1
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

CENTRO PARROCCH. S. GIUSEPPE
Via Riccardi, 6
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

PARROCCHIA SAN BASILIO
Via Jarach, 4
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

PARROCCH. GESÙ MARIA GIUSEPPE
Via Bramantino, 2
Ginnastica rieducativa,
Attività fisica adattata, Over 60

Due mesi omaggio

UISP MILANO

MILANO - RIPA85
Ripa di Porta Ticinese 85/87
Tel. 02 23181768
milano@uisp.it
www.uisp.it/milano

ATTIVITÀ PROPOSTE

Ginnastica dolce, Over 60

Due mesi omaggio

Promosso da



Con il patrocinio di

