



FORMA MENTIS

www.asformamentis.org

Forma Mentis, da un anno presente sul territorio di Trieste, sta promuovendo una serie di attività rivolte alla cittadinanza, avvalendosi della collaborazione di Enti ed Associazioni per garantire un ampio ventaglio di proposte e servizi.

Info Forma Mentis: 338 816 72 07
Alessandro Guni

INVESTIAMO NEL BENESSERE



A.S.S. n. 1 Triestina
Dipartimento di Salute Mentale

Info:
Servizio Abilitazione
e Residenze del D.S.M.
040 3997340-7306-7307

morena.furlan@ass1.sanita.fvg.it
segr.sar@ass1.sanita.fvg.it

12 SETTEMBRE 2013 INAUGURAZIONE PALESTRA EMME GYM

a partire dalle 15:30

Parco di San Giovanni - Padiglione M
Via De Pastrovich 1, 34127 Trieste

Corsi di:
Ginnastica Posturale
Ginnastica Dolce
Aerobica
Aiki-do
Aiki-do Bambini
Yoga
Fit Box
Trx (allenamento in
sospensione)
Attività Motoria:
- Riabilitativa
- Personalizzata
- Bambini
e molto altro ancora

QUANDO

12 SETTEMBRE 2013

A partire dalle 15:30

DOVE



COSA

In collaborazione con l'ASS1 e il Servizio Abilitazione e Residenze del D.S.M., l'Associazione Forma Mentis propone corsi collettivi di ginnastica posturale, ginnastica dolce, aerobica, aiki-do, thai-chi, yoga, karate, laboratori musicali, trx (allenamento in sospensione), attività motoria post riabilitativa, personalizzata e per bambini, massoterapia, fit box e sauna (su prenotazione).

La frequenza ai corsi per le persone in contatto con i servizi dell'ASS 1 Triestina è gratuita, l'accesso avviene attraverso contatto e valutazione del Servizio Abilitazione e Residenze del D.S.M. e prevede il pagamento della quota sociale annua di 25 € e la presentazione di idoneo certificato medico. Analoga modalità per i dipendenti dell'ASS 1!

Per tutti gli interessati alle diverse proposte, oltre alla quota sociale annua, si prevedono tariffe agevolate.

CHI

all'interno della **PALESTRA EMME GYM** opera un'equipe multi-professionale composta da personale qualificato e abilitato a svolgere attività motoria.

Il nostro staff:

ALESSANDRO GUNI: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CAMILLA GIANNETTI: SCIENZE DELL'EDUCAZIONE

EMANUELE LAVORINO: PSICOMOTRICISTA

LUCA V. PIAZZA: FISIOTERAPISTA

LENA SPARAGNA: DIRIGENTE DI COMUNITA'

MICHELE SCORRANO: FISIOTERAPISTA

MATTEO SCHIFFO: SCIENZE DELL'EDUCAZIONE

TOMASO ORSINI: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE



www.taichitrieste.com
www.mutokukan.it
www.web.tiscali.it/yogasalute
Claudio Benedetti www.aikiseishin.it