

# UNIVERSITÀ POPOLARE ALTO ASTICO E POSINA COMUNE DI TONEZZA DEL CIMONE

## Centro Congressi di Tonezza

### **GINNASTICA DI MANTENIMENTO PER GIOVANI E ADULTI**

Per essere in forma a tutte le età, una ginnastica tonificante e ben calibrata per difficoltà e intensità, come antidoto allo stress e alla fatica fisica e mentale, per il controllo del peso, migliorare la respirazione, per affrontare con agilità la giornata.

**LEZIONI:** VENERDI, dalle ore 18.15 alle 19.15  
**INIZIO:** Venerdì 16 Settembre 2022, alle 18.15  
**ISCRIZIONI:** In Comune o in Biblioteca di Tonezza entro Mercoledì 14/9

**N.B.** Rispetto delle norme di tutela della salute anti Covid-19

\*\*\*\*\*

### **SUL SENTIERO FOGAZZARIANO**

È una lezione guidata, percorrendo il sentiero descritto da Antonio Fogazzaro nel romanzo "Piccolo mondo moderno": un suggestivo percorso, che inizia vicino all'ex Villa Roi, dove si snoda, fino alla costa dei Lain, l'ardente passione dei due protagonisti, in una natura virginale che rispecchia i loro diversi moti dell'anima, in un crescendo rossiniano. Letteratura + psicologia + panismo, coinvolgono l'escursionista in una camminata, adatta a tutti, sulle ali della poesia.

**LEZIONE GUIDATA:** Sabato 24 settembre 2022  
**ISCRIZIONI:** In Comune o in Biblioteca di Tonezza entro Giovedì 22/9

**N.B.** Rispetto delle norme di tutela della salute anti Covid-19

\*\*\*\*\*