

PALESTRA

	LUNEDÌ 06/03/17	MARTEDÌ 07/03/17	MERCOLEDÌ 08/03/17	GIOVEDÌ 09/03/17	VENERDÌ 10/03/17
2°	SASSO 2ASU CASSESE 4BL	SASSO 1BSU CASSESE 2ASU	CASSESE 4CL	CASSESE 3ASU	CASSESE 5DL
3°	CASSESE 4CSE	CASSESE 2BL	SASSO 2BSU CASSESE 2AC	SASSO 4ASU CASSESE 1ASU	
4°	SASSO 4CL CASSESE 4DL	CASSESE 2BSU	CASSESE 3AL	SASSO 5BL CASSESE 5CL	CASSESE 1CL
5°	SASSO 2CL	SASSO 2CSE CASSESE 2CL	SASSO 3AC	SASSO 3DSE	SASSO 1AC CASSESE 1AL

PALESTRA

SASSO

PROGETTO CENNI E INTRODUZIONE AL PRIMO SOCCORSO BLS E BLSD – CENNI DI AUTONOMIE E FISILOGIA SULL'APPARATO LOCOMOTORE, DIGESTIVO, RESPIRATORIO, MUSCOLARE, SCHELETRICO E ARTICOLARE

CASSESE

YOGA E MEDITAZIONE: ESERCIZI E POSIZIONE YOGA + RAFFORZAMENTO STRUTTURA MUSCOLARE DELLA SCHIENA, INTRODUZIONE ALLA MEDITAZIONE, MEDITAZIONE GUIDATA SUI CHACRA – ARTI MARZIALI: ESERCIZI DI AUTODIFESA

FIRMATO DAI RAPPRESENTANTI

GAIA STABILE

DAVIDE ESPOSITO

MATTEO SORRENTINO

ALESSANDRA ESPOSITO

Alla Dirigente Scolastica dell'Istituto Superiore Gentileschi

PALESTRA