



## CHI SIAMO?

L'associazione PAFS-Vallemaggia é nata per sostenere un'azienda ma continua a progredire per promuovere l'attività fisica e la salute sul territorio della Vallemaggia.

## PER CHI?

Per tutti! Uno degli obiettivi dell'associazione é proprio quello di proporre attività fisica per tutte le fasce d'età e per tutti i livelli.

## COME PARTECIPANO?

Iscriviti su [www.pafsvalllemaggia.com](http://www.pafsvalllemaggia.com)  
Prendi scarpe sportive e vestiti comodi  
Non dimenticare la borraccia

## PERCHÉ?

L'inattività fisica può creare problemi come dolori, stanchezza, insonnia o ansia. Specifici sport e determinati lavori manuali possono creare problemi muscolari. Vogliamo aiutarvi a prevenire e mantenere un sano stile di vita.

**È GRATUITO!**  
per i residenti della Vallemaggia!



# I NOSTRI EVENTI

dal 19 giugno 2023

## Lunedì 09:00 TAIJIQUAN

Istruttrice Anne-Marie Giles  
Parco giochi Cevio

È CONSIGLIATA  
LA PRENOTAZIONE  
TRAMITE SITO

dal 1 giugno 2023

## Martedì 18:30 CONDIZIONE FISICA

Istruttori: OPAFS - SPAFS  
Campetto Gordevio



## Mercoledì 09:00 TAIJIQUAN

Istruttrice Anne-Marie Giles  
Parco giochi Lodano



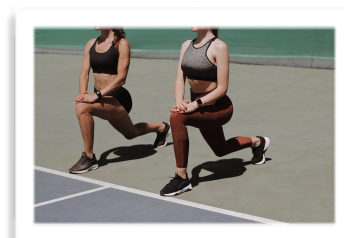
*Prenditi cura  
del tuo corpo!  
...e divertiti!*

## Giovedì 18:30 CONDIZIONE FISICA

Istruttori: OPAFS - SPAFS  
Parco giochi Cevio

## Venerdì 09:00 GINNASTICA

Istruttori: OPAFS - SPAFS



# ESTATE 2023

