



La Scuola Regionale dello Sport Coni Liguria
e il Delegato Provinciale del Coni Imperia

ORGANIZZANO

Il giorno 17 aprile il convegno:

“Movimento e benessere”

IL SEMINARIO SI SVOLGERA' PRESSO IL
CENTRO CONGRESSI PALAFIORI
VIA G. GARIBALDI - SANREMO (IM)

L'organismo umano non è nato per l'inattività: il movimento gli è connaturato e una regolare attività fisica, anche di intensità moderata, contribuisce a migliorare tutti gli aspetti della nostra vita.

Al contrario, la scarsa attività fisica è implicata nell'insorgenza di alcuni tra i disturbi e le malattie oggi più frequenti: diabete di tipo 2, malattie cardiocircolatorie (infarto, miocardico, ictus, insufficienza cardiaca), obesità, tumori.

Con una regolare attività fisica, cosa possiamo fare oggi per migliorare la nostra qualità di vita?

Relatore Dott. Fulvio Albé

Specialista in Medicina dello Sport e Traumatologia Sportiva, Esperto della Scuola Regionale dello Sport Liguria

[SCADENZA ISCRIZIONI: 14/04/2016](#)

MODALITA' D' ISCRIZIONE

per facilitare l'adesione alle iniziative l'interessato dovrà indicare i seguenti dati:

Inviare una mail a srdsliguria@coni.it e in copia a imperiam@coni.it indicando:

NOME
COGNOME
RECAPITO TELEFONICO
INDIRIZZO E-MAIL

TITOLO del Corso in questo caso: **“Movimento è benessere”**

DATA: 17 aprile 2016
SEDE DEL CORSO

Il seminario verrà attivato con un minimo di 15 adesioni.

Qualora non si raggiungesse il numero minimo verrà inviata e-mail di annullamento agli iscritti.

Verranno accolte tutte le richieste di partecipazione fino ad esaurimento dei posti disponibili.

NOTE:

la Scuola Regionale dello Sport si riserva la possibilità di richiedere l'accreditamento ADE a Scienze Motorie dell'Università di Genova indicando il numero dei posti disponibili.

Solo quando il seminario verrà pubblicato sul sito dell'Università gli studenti potranno iscriversi utilizzando ESCLUSIVAMENTE il portale di Scienze Motorie.

Per info contattare la segreteria della Scuola Regionale dello Sport al 010/581166 oppure via e-mail a srdsliguria@coni.it