

# A.S.D. LIBERI PODISTI PONTECCHIO



organizza:

un incontro informativo dal titolo

## LO STRECHING

## ED IL CONCETTO DI SOGLIA CARDIACA PER UN CORRETTO ALLENAMENTO

VENERDÌ



04 MAGGIO

il tema verr à ampiamente  
trattato dal Dott. Uliari Simone,

docente presso

l' Università degli Studi di Ferrara  
e medico sportivo del  
Centro Attivit à Motorie di Rovigo

ORE 21:00

PRESSO LA SEDE AUSER



incontro gratuito ed aperto a tutti!

a fine serata a tutti i partecipanti verr à offerto un piccolo buffet