



Comunicato stampa

UNI.Sport: oltre 40 corsi per tenersi in forma

Pubblicato online il calendario dei corsi rivolti agli studenti e ai dipendenti dell'Università di Trento. Fitness, wellness, sport individuali e di squadra: molto varie le proposte per il primo quadrimestre

Trento, 17 settembre 2014 – (a.s.) Tante opportunità per tenersi in forma, fare amicizia e vivere il campus universitario al di fuori delle aule e degli uffici: il nuovo calendario dei corsi di UNI.Sport per il primo quadrimestre è online da oggi sul sito dell'Università di Trento. Gli studenti e i dipendenti dell'Ateneo trentino in possesso della tessera UNI.Sport 2014/15 potranno scegliere tra una quarantina di corsi, tra fitness (12 proposte), wellness (12), sport individuali e di squadra (13) e altro (ballo, fotografia itinerante e patente nautica), a cui iscriversi dal 25 settembre presso gli uffici di UNI.Sport in via Prati 10.

Tra le novità di quest'anno il corso di Basket presso la palestra di Sanbapolis, il corso di Squash per muoversi e divertirsi in compagnia, il corso Ashtanga Yoga, per allenare il fisico ma anche la mente con la respirazione e la concentrazione, il corso di Mix Fight Training advanced per alleviare lo stress e rafforzare l'organismo attraverso la boxe e il corso di Aerobica brucia grassi e Functional fitness pausa pranzo per bruciare le calorie in eccesso migliorando la prestazione muscolare e cardiovascolare.

Tutte le informazioni e il calendario dei corsi è disponibile sul sito UNI.Sport:

<http://www.unisport.tn.it/>

In allegato la locandina con l'elenco dei corsi.