



Scuola di Arti Marziali Cinesi  
**GOSHINDO**  
Taiji Quan - Qi Gong - Yi Quan - Pilates  
Associazione Sportiva Dilettantistica



*Agli iscritti dei Corsi 2008 - 2009*

*Caro Socio,*

ti comunichiamo che **giovedì 1 ottobre** riprenderanno i corsi della nostra Società Sportiva.

Le lezioni si terranno, come di consueto, presso la **Palestra n. 9 del Palasport Mariotti** di Bragarina - La Spezia.

Per la prossima stagione abbiamo previsto l'avviamento di un nuovo corso di Difesa Personale, al fine di offrire un programma di lavoro quanto più ampio e completo possibile, inoltre abbiamo provveduto a rendere disponibili diversi materassini che saranno utili per le lezioni di Pilates e per tutti gli esercizi ginnici a terra.

Ti invitiamo a prendere visione del calendario dei corsi e delle relative quote sociali che trovi in allegato alla presente lettera.

Ti ricordiamo che all'atto dell'iscrizione è necessario presentare, insieme con la domanda, il certificato medico che attesti l'idoneità all'attività sportiva non agonistica.

**I primi tre lunedì** del mese di **settembre (giorni 7 - 14 - 21), dalle ore 18.30 alle ore 19.45** ci ritroveremo al parco della Maggiolina (lato gelateria Nonna Papera) per il consueto allenamento all'aperto.

**Lunedì 28 settembre** sarà dedicato ad una lezione dimostrativa di Pilates, Taiji Quan, Qi Gong e Difesa Personale, secondo gli orari previsti dal calendario dei corsi. Tale incontro si terrà presso la **sede di allenamento del Palasport** e sarà l'occasione per invitare amici, parenti e quanti sono interessati al nostro lavoro.

Certi di averti fatto cosa gradita, ti auguriamo un buon inizio di stagione sportiva.

La Spezia, settembre 2009

IL SEGRETARIO

IL PRESIDENTE

*Riccardo Lucelli*