

## PROGETTO “STRETCHING IN CLASSE”

### INDICAZIONI PER LA REALIZZAZIONE DEL PROGETTO “STRETCHING IN CLASSE”

E' possibile proporre agli alunni, nella pausa tra una lezione e l'altra, una serie di esercizi di stretching da fare ciascuno nella propria postazione, al banco, senza compromettere il distanziamento fisico necessario e raccomandato. ATS fornirà, alle scuole che aderiranno al progetto, un poster “Esercizi per una corretta educazione posturale per gli alunni di scuola primaria e secondaria di primo e secondo grado, ciascuno al proprio banco” con illustrati gli esercizi e le modalità di realizzazione degli stessi.

Se siete interessati al progetto vi invitiamo a compilare il form al seguente indirizzo:  
<https://bit.ly/30ix4cu>

Successivamente vi saranno comunicate le modalità per la consegna/ritiro del poster.



Per informazioni e contatti:

1. UST Bergamo Ufficio Educazione Fisica  
Prof.ssa Simonetta Cavallone, prof. Giulio Rossini  
[coord.ef.bg@istruzione.it](mailto:coord.ef.bg@istruzione.it)
2. ATS Bergamo, Servizio Promozione della salute  
Dott.sa Giuliana Rocca [Giuliana.rocca@ats-bg.it](mailto:Giuliana.rocca@ats-bg.it)  
Paolo Brambilla [Paolo.brambilla@ats-bg.it](mailto:Paolo.brambilla@ats-bg.it)