



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO TECNICO STATALE F. VIGANÒ

Via Dei Lodovichi, 2 – 23807 Merate LC
Codice Fiscale: 85002000132 – Codice Univoco:UFSL80
Tel: 0399902998 - 0399907117 - Fax: 0399908965
segreteria@issvigano.edu.it –
lcis001009@pec.istruzione.it
www.issvigano.edu.it



Ai docenti
Al personale ATA

Circolare n. 107

Oggetto: Corso di Yoga per il Personale Scolastico - A.S. 2025/26

Si comunica che a partire dal 20 ottobre 2025 sarà attivato un corso di yoga rivolto a tutto il personale docente e ATA dell'ITS Viganò.

Dettagli del corso:

- Frequenza: tutti i lunedì dalle ore 14:30 alle 15:45
- Sede: locali della scuola
- Approccio: metodologia soft, adatta anche a principianti senza esperienza precedente
- Obiettivo: promuovere il benessere psicofisico del personale scolastico

L'iniziativa rappresenta un'opportunità per il personale di dedicarsi al proprio benessere attraverso la pratica yoga, con un approccio accessibile anche a chi non ha mai praticato questa disciplina.

Per informazioni prof. Davide Corcione (WhatsApp 3356854676)

Cordiali saluti

Merate, 17/10/2025