

Al Sig. Sindaco  
Al Sindaco della Provincia del Lavoro  
nei casi previsti dal D.L. 14.08.1996 n° 494

DETTA PERMITTICA EDILIZIA Permessi di costruire n°

Riferimento all'esame della C.P. n.

Riferimento all'esame della C.U. 21/11/2012 10 27/08/2014 11

Protocollo Istanza n. 20392/12

Sig.ra AICARDI Anna Maria

Sig.ra AICARDI Anna Maria

Progettista: Arch. Verda Paolo

avente oggetto : Realizzazione di due edifici residenziali mediante demolizione e ricostruzione di volumetrie (

Il/La sottoscritto/a \_\_\_\_\_

nato/a a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

residente a \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_

codice fiscale \_\_\_\_\_ tel. n° \_\_\_\_\_ in qualità di \_\_\_\_\_

COMUNICA

? che in data \_\_\_\_\_ avranno inizio i lavori relativi al permesso di costruire medesimo invitando

? che i lavori previsti comprendono/non comprendono opere in conglomerato cementizio armato normale e/o p

? che il direttore dei lavori sarà: \_\_\_\_\_

codice fiscale \_\_\_\_\_, P.Iva \_\_\_\_\_

con sede a \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_

tel. n. \_\_\_\_\_

iscritto al \_\_\_\_\_ della Provincia di \_\_\_\_\_ al n° \_\_\_\_\_

? che l'incaricato agli accertamenti geognostici e geotecnici sarà: \_\_\_\_\_

codice fiscale \_\_\_\_\_, P.Iva \_\_\_\_\_

con sede a \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_

tel. n. \_\_\_\_\_

iscritto al \_\_\_\_\_ della Provincia di \_\_\_\_\_ al n° \_\_\_\_\_

? che l'incaricato della progettazione delle strutture sarà \_\_\_\_\_

codice fiscale \_\_\_\_\_, P.Iva \_\_\_\_\_

con sede a \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_

tel. n. \_\_\_\_\_

iscritto al \_\_\_\_\_ della Provincia di \_\_\_\_\_ al n° \_\_\_\_\_

? che il direttore dei lavori relativi alle strutture sarà \_\_\_\_\_

.codice fiscale \_\_\_\_\_, P.Iva \_\_\_\_\_

.con sede a \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_

.tel. n. \_\_\_\_\_

.iscritto al \_\_\_\_\_ della Provincia di \_\_\_\_\_ al n° \_\_\_\_\_

(barrare il caso che ricorre)

?á che i lavori saranno eseguiti dalla ditta \_\_\_\_\_

.con sede a \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_

.codice fiscale \_\_\_\_\_, P.Iva \_\_\_\_\_

.tel. n. \_\_\_\_\_

.legale rappresentante sig. \_\_\_\_\_ nato a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

.residente a \_\_\_\_\_ in via \_\_\_\_\_

del quale si allega:

documentazione in ottemperanza art. 3, comma 8, D.Lgs 494/96, modificato dall'art.86 comma 10 del D.Lgs 2

**Abstract** The purpose of this study was to determine the effect of a 12-week, 3-day-per-week, 100-min-per-session, low-impact aerobically and resistance training program on the physical fitness and health-related quality of life of sedentary, middle-aged, obese women. The study was a randomized, controlled trial. The subjects were randomly assigned to either the exercise group or the control group. The exercise group performed a 12-week, 3-day-per-week, 100-min-per-session, low-impact aerobically and resistance training program. The control group performed no exercise. The subjects were assessed at baseline and at 12 weeks. The results showed that the exercise group had significantly greater improvements in physical fitness and health-related quality of life than the control group. The findings suggest that a 12-week, 3-day-per-week, 100-min-per-session, low-impact aerobically and resistance training program is an effective intervention for improving physical fitness and health-related quality of life in sedentary, middle-aged, obese women.