



A.P.S.P.

Santa Maria
CLES

corso di ginnastica posturale



- UNISCE ATTIVITA' FISICA e RIABILITAZIONE
- UTILE per CORREGGERE POSTURE ERRATE
- AIUTA a PERCEPIRE meglio il PROPRIO CORPO
- MIGLIORA la TONICITA' MUSCOLARE
- RIDUCE il DOLORE e le RIGIDITA' ARTICOLARI

GIOVEDI' dalle 16.00 alle 17.00
(prima lezione 24 ottobre)
6 lezioni - MAX 8 partecipanti
costo totale 50 euro

**ADATTA A TUTTI!!!
UOMINI E DONNE
DI QUALSIASI ETA'**

PER INFO E ISCRIZIONI:
PALESTRA RSA 0463/601328
GRETA 347/9378990

