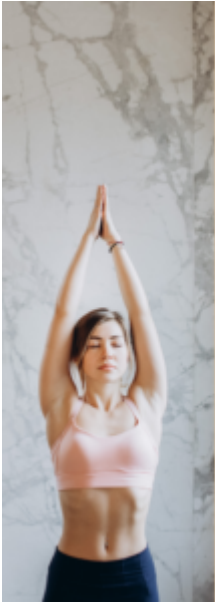


Corso di ginnastica Posturale a.s. 2026-27



**GINNASTICA
POSTURALE**

Un percorso di movimenti pacifici, lenti,
coordinati, guidati dal respiro, per una
maggiore presa di coscienza del proprio
corpo e per migliorare la postura,
rafforzando i muscoli di sostegno. Adatto a
tutte le età.

**Lunedì e Giovedì
dalle ore 18 alle ore 19**

**FRANCISCA DELLA TORRETTA,
FACILE TUTTLE,
ARTE A GIORNATE ANCHE OGGI**

Per ulteriori informazioni contattateci:
Segreteria: 054-4079554
Autonella: 3436817924

**PRENOTA LA TUA LEZIONE
DI PROVA GRATUITA**



GINNASTICA POSTURALE

Un percorso di movimenti precisi, lenti, controllati, guidati dal respiro, per una maggiore presa di coscienza del proprio corpo e per migliorare la postura, rinforzando i muscoli di sostegno. Adatto a tutte le età.

**Lunedì e Giovedì
dalle ore 15 alle ore 16**

PALESTRA DELLA TORRETTA
CASTELLETTO
ASSOCIAZIONE ANZIANI OGGI

Per ulteriori informazioni contattaci:
Segreteria 010-4070534
Antonella 3406877924

**PRENOTA LA TUA LEZIONE
DI PROVA GRATUITA**

