

CORSI DI GINNASTICA DOLCE E POSTURALE PER ADULTI

Da lunedì 15 ottobre 2018 inizieranno i corsi di ginnastica dolce e posturale per adulti e si terranno secondo il calendario che segue:

Corsi di attività motoria globale e ginnastica dolce:

IL LUNEDI E GIOVEDI dalle 17.00 alle 18.00 e dalle 18.00 alle 19.00 presso la Palestra di via Mentana.

Corsi di ginnastica dolce e antalgica:

IL MARTEDI' E VENERDI' presso il Centro diversa età di via Mentana, dalle 9.00 alle 10.00 e dalle 10.00 alle 11.00.

Corsi di Total Work out e Circuit training:

IL MARTEDI' E VENERDI' presso il Centro diversa età di via Mentana, dalle 11.00 alle 12.00.

**PER INFORMAZIONI E PER LE ISCRIZIONI POTRETE
RECARVI DIRETTAMENTE NELLA PALESTRA E
NELLA FASCIA ORARIA DI VOSTRO INTERESSE.**

**Per ulteriori informazioni: tel. 3475826579-Fabio,
Associazione sportiva dilettantistica CREC- Bollate.**