

Associazione Sportiva Dilettantistica

USacli
CINISELLO



VI INVITA ALLE LEZIONI DI PROVA GRATUITE DI

Ginnastica Posturale

LE LEZIONI SI TERRANNO PRESSO LA PALESTRA DEL SITO ACLI

Via G. Marconi, 48 – Cinisello Balsamo

Mercoledì 5, 12, 19 e 26 luglio
dalle ore 18:00 alle ore 19:00

A COSA SERVE LA GINNASTICA POSTURALE?

- A PREVENIRE PATOLOGIE DOVUTE AL MANTENIMENTO PROLUNGATO DI POSTURE DANNOSE
- A CONTRASTARE LE PROBLEMATICHE LEGATE ALLA SEDENTARIETA'
- A MIGLIORARE LA CONOSCENZA DEL PROPRIO CORPO PER UTILIZZARLO AL MEGLIO IN OGNI SITUAZIONE

A CHI È RIVOLTA LA GINNASTICA POSTURALE?

- A UOMINI E DONNE DI TUTTE LE FASCE D'ETA'



Per informazioni potete contattare:

Segreteria USacli: Tel. 02/61.241.626
dal lunedì al venerdì, dalle 16:30 alle 18:00

Daniele: 3707185705

Piera: 3291373166