



CENTRO DI SALUTE INTEGRATO VALLE DI CEMBRA

organizza corsi di

# GINNASTICA DOLCE

con *Francesca Faes*,  
laureata in Scienze delle Attività Motorie e Sportive

**PER STARE BENE E MIGLIORARE EQUILIBRIO, COORDINAZIONE,  
MOBILITÀ ARTICOLARE E POSTURA**



**DA OTTOBRE A DICEMBRE – INIZIO CORSO LUNEDÌ 4 OTTOBRE**

<b>LUNEDÌ</b>	<b>GIOVEDÌ</b>	
<b>POMERIGGIO</b> <b>DALLE 17 ALLE 18</b> <b>DALLE 18.15 ALLE 19.15</b>	<b>MATTINA</b> <b>DALLE 8 ALLE 9</b> <b>DALLE 9.15 ALLE 10.15</b> <b>DALLE 10.30 ALLE 11.30</b>	<b>POMERIGGIO</b> <b>DALLE 15.45 ALLE 16.45</b> <b>DALLE 17 ALLE 18</b> <b>DALLE 18.15 ALLE 19.15</b>

Il corso si svolgerà presso il CENTRO DI SALUTE INTEGRATO

in viale 4 novembre 46/2, CEMBRA (dietro la farmacia San Rocco)

Il costo di partecipazione al corso una volta a settimana è di 150 euro

Il corso sarà tenuto in piccoli gruppi di 3-4 persone

**Per INFORMAZIONI e ISCRIZIONI: Francesca – 346 0504062**