



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

LUNEDÌ

GIOVEDÌ

POMERIGGIO

**DALLE 17 ALLE 18
DALLE 18.15 ALLE 19.15**

MATTINA

**DALLE 8 ALLE 9
DALLE 9.15 ALLE 10.15
DALLE 10.30 ALLE 11.30**

POMERIGGIO

**DALLE 15.45 ALLE 16.45
DALLE 17 ALLE 18
DALLE 18.15 ALLE 19.15**

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