

INVITO LEZIONE INFORMATIVA GRATUITA
aperta a tutti

Vieni alle lezioni di presentazione corsi!

=====

ATTIVITÀ MOTORIA - GINNASTICA non riabilitativa

“Conoscere e gestire il mal di schiena”
attraverso l’Informazione e l’Ergonomia

LUNEDÌ 25 SETTEMBRE 2023 ore 10.00

Relatore. **Prof.ssa Caterina la Torre**, Chinesiologo ed esperta Back school (Scuola della Schiena)

SEDE: Palestra LA Capriola, via Leonardo da Vinci nr.116/c Modena (In autobus: linea 4)

N.B. Si chiede di dare la propria adesione alla lezione con sms o WhatsApp al numero 338 2853556

=====

DISCIPLINE PSICOFISICHE ORIENTALI
(fino ad esaurimento posti disponibili)

con il M° **Guido Gelatti**

Mercoledì 20/09/2023, ore 10,30: DAOYIN (Polisportiva Santa Rita)

Giovedì 21/09/2023, ore 11,00: TAIJIQUAN (Palestra ASIA)

Per informazioni puoi contattare anche con WhatsApp al 349 3928053

con la M^a **Nicoletta Prampolini**

Giovedì 21/09/2023, ore 09,45: YOGA (Palestra ASIA)

=====

È sufficiente presentarsi presso le palestre - in tuta (calze e scarpe pulite), e un sacchetto per contenere il cambio.