



un evento

grazie a



CON IL SOSTEGNO DI



FONDAZIONE PERUGIA

GINNASTICA DEL BENESSERE

#cos'è?

La Ginnastica del Benessere è un'attività fisica accessibile a qualsiasi età e condizione fisica, caratterizzata da movimenti lenti e a bassa intensità concepiti proprio per migliorare l'elasticità dei tessuti e rafforzare il tono muscolare.



Dove

CASTELVIETO - Sala Polivalente Via Solferino

Lezioni il 7 / 14 / 21 / 28 Novembre

OGNI GIOVEDÌ DALLE ORE 9.00 ALLE 10.00

MANTIGNANA - Palestra Via M. Buonarroti

Lezioni il 9 / 16 / 23 / 30 Novembre

OGNI SABATO DALLE ORE 10.30 ALLE 11.30

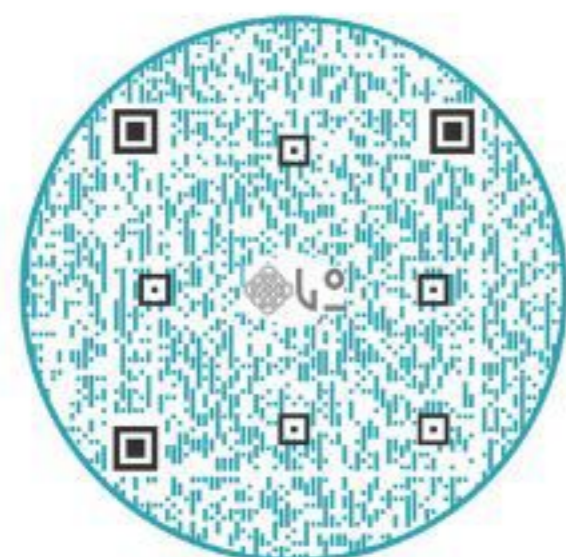
CORCIANO - Palestra, Via della Fonte

Lezioni il 9 / 16 / 23 / 30 Novembre

OGNI SABATO DALLE ORE 9.00 ALLE 10.00



Iscriviti gratuitamente al progetto



Per iscriverti inquadra il QR e compila il questionario. Potrai partecipare gratuitamente a tutti gli eventi. **Per iscriverti alla ginnastica** chiama o manda un messaggio whatsapp al 377.0988583



A TUTTI I NUOVI ISCRITTI SARA' CONSEGNA TO UN KIT SPORTIVO PER L'ATTIVITA' MOTORIA



@Longevopg



377.0988583



infolongevo@gmail.com

