



WELLNESS & FITNESS DAY

Sab 30 agosto dalle ore 15.00

un pomeriggio di SANE COCCOLE per tutti e per tutti i gusti



MINI CONFERENZE

Educazione alimentare
(D.Ssa Francesca Mezza)

Naturopatia: gli integratori
alimentari naturali
(Umberto Giannone)

Natural Body Building
(Giuliano Jovine)

Ginnastica dolce:
i benefici su un fisico
maturo (D.Ssa S. Perasso)

CORSI FITNESS

Puoi provarli tutti:

step · Zumba
X-Tempo · Pilates
Corpo libero

GINNASTICA DOLCE,

ma anche Media,
Sprint e Balli
occitani

MASSAGGI

10 minuti di coccole

Sportivo,
Decontratturante
Facciale
Ayurvedico

PAUSA BENESSERE

Per ricaricarsi con:
tisane, succhi,
frullati, frutta,
stuzzichini.
Solo natura!

SCARICA IL PROGRAMMA COMPLETO DAL SITO OPPURE SU FB

PALESTRA UISP STRADACROSASSA

WWW.UISP.IT/BRA

Strada Crosassa, 23 - Bra

0172432095 - palestra@uispbra.it



Città di Bra

