

# OASI UISP

piscina e fitness

Il tuo centro sportivo  
a Ravenna

# PILATES

L'uso della mente per controllare il corpo. Esercizi che si concentrano sui muscoli posturali, essenziali a fornire supporto alla colonna vertebrale. Metodo indicato anche nel campo della rieducazione posturale.

**Mattino:**

Lunedì e Mercoledì dalle ore 9.30 alle 10.20

**Sera:**

Mercoledì e Venerdì dalle ore 18.30 alle 19.20

Per informazioni e prenotazioni:

**CENTRO OASI UISP**

Via Lago di Como n. 29 Ravenna Tel. 0544-451852  
oasi.ravennalugo@uisp.it

**UISP COMITATO RAVENNA-LUGO**

Sede di Ravenna – Via Gioacchino Rasponi n. 5 48121 Ravenna  
Tel. 0544-219724 Fax 0544-219725 ravenna@uisp.it ravennalugo@uisp.it

