

**Centro Polivalente
via Collebeato, Brescia**



CORSI MOTORI E DI GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E FITNESS

GRUPPO DI CAMMINO

lunedì e mercoledì
dalle 10:30 alle 12:00

GINNASTICA FUNZIONALE

martedì e giovedì
dalle 12:30 alle 13:20

METODO YOGA

martedì e giovedì
dalle 11:30 alle 12:20

GINNASTICA POSTURALE

martedì e giovedì
dalle 10:30 alle 11:20

METODO PILATES

martedì e giovedì
dalle 9:40 alle 10:20

GINNASTICA DOLCE

martedì e giovedì
dalle 8:40 alle 9:30

TAI CHI

lunedì e mercoledì
dalle 9:30 alle 10:20

GINNASTICA FUNZIONALE ADATTATA

indicata per persone con malattie croniche
lunedì e mercoledì
dalle 8:30 alle 9:20



PER INFORMAZIONI

Costi e Modalità di iscrizione telefonare al 03047191, dalle 9:30 alle 12:30
oppure scrivere a: coordinatoresda.brescia@uisp.it