

Ginnastica Posturale

Corsi UISP 2023 - 2024



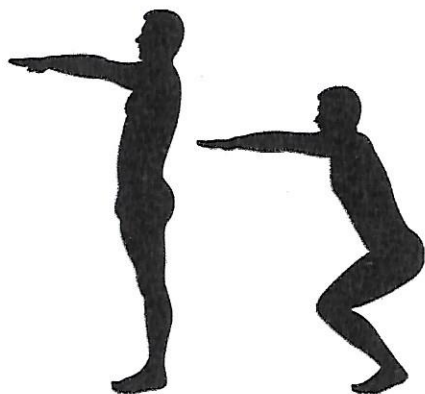
Giorni ed orari:

Lunedì e Giovedì dalle 16.00 alle 17.00

Inizio 18/09/23

Martedì e Giovedì dalle 19.00 alle 20.00

Inizio 19/09/23

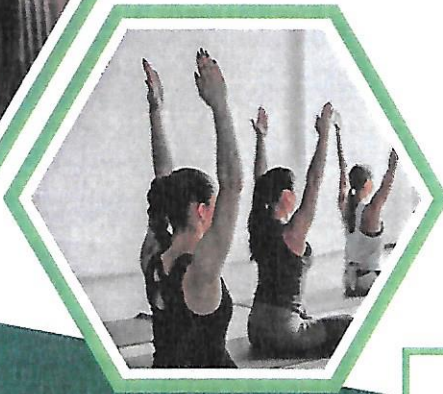


Il corso integra elementi di:

PILATES, GINNASTICA RESPIRATORIA, NECK & BACK SCHOOL (prevenzione mal di schiena e cervicalgia), STRETCHING, RIEQUILIBRIO MUSCOLARE, RIEDUCAZIONE POSTURALE.

Organizzazione attività e Costi

- Le iscrizioni si effettuano in palestra, nei giorni ed orari dei corsi.
- Corso riservato ai tesserati UISP.
- Certificato medico obbligatorio, per attività sportiva non agonistica.



Palestra Piccola "Marabini"
Viale dell'Appennino, 657
San Martino in Strada (FC)

Prof.ssa CRISTINA (Diploma ISEF)

389.9763882

UISP Forli-Cesena

0543.370705 - forlicesena@uisp.it