

BENESSERE E MOVIMENTO

Ginnastica posturale

La ginnastica posturale è un insieme di esercizi volti a ristabilire l'equilibrio muscolare: in particolar modo si tratta di una serie di movimenti basati sul miglioramento della postura e sulla capacità di controllo del corpo.



QUANDO

GIORNI E ORARI: Mercoledì, 09.25-10.30;
PERIODO E CADENZA: annuale (ottobre-maggio) - 1 volta alla settimana



COSTI

COSTO DI OGNI INCONTRO: € 10 oppure 85€ trimestre
Il costo totale potrebbe variare a seconda della durata del corso: rivolgersi al gestore per i dettagli.
ISCRIZIONE: € 25



GESTORE

Bodyplay ASD
REFERENTE: Liliana Gallo Casserino



CONTATTI PER ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

TELEFONO: +393332664420
EMAIL: bodyplay01@gmail.com