CORSO DI GINNASTICA POSTURALE

A CURA DI CLARA ROSINA, COUNSELOR E ISTRUTTRICE DI GINNASTICA POSTURALE

IL CORSO HA COME OBBIETTIVO DI FAVORIRE L'ALLENTAMENTO DI TENSIONI CORPOREE MUSCOLARI SVILUPPARE IL POTENZIAMENTO DELLA MUSCOLATURA PARAVERTEBRALE , MIGLIORARE GLI ATTEGGIAMENTI POSTURALI, FORNENDO AI PARTECIPANTI UTILI STRUMENTI DA UTILIZZARE INDIVIDUALMENTE ANCHE UNA VOLTA ULTIMATO IL PERCORSO.

DURATA DEL CORSO: 5 INCONTRI

OGNI MARTEDI' DALLE 13 ALLE 14 OPPURE DALLE 19 ALLE 20

CALENDARIO: martedì 8, 15, 22 ottobre, martedì 5, 12 novembre

COSTI: EURO 100,00 iscrizione compresa

SEDE DEL CORSO: VIA XII OTTOBRE 10/27 V PIANO GENOVA

PER INFO E ISCRIZIONI:

CLARA ROSINA CELL.3338425345

SITO WWW.CLARAROSINA.IT