

GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS

# AEROBICA STEP



WITH  
**DAVIDE  
BRUGNOLI**

**LUNEDI - MERCOLEDI  
ORE 20**

PIOVE DI SACCO  
PALESTRA REGINA MARGHERITA



**Info  
3403585518**

**PRENOTA LA TUA LEZIONE DI PROVA**

A partire da mercoledì 25 settembre

RISERVATO ASSOCIATI - COSTO TESSERA 15 EURO

GINNASTICA FINALIZZATA  
ALLA SALUTE E AL FITNESS

# Educazione Posturale

Riservato associati - quota associativa 15 euro

Stop mal di schiena e  
rigidità muscolare!!

Ritrova in tuo benessere globale



BRUGINE - Sala polivalente  
mar/giov 17,30 - dal 26 settembre



PIOVEDI SACCO - palestra Regina Margherita  
lun/merc 17,30 - dal 25 settembre



3403585518 - Sara  
3294235554 - Leopoldo



**Contattaci ora!**  
**prenota la tua lezione**



GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E  
AL FITNESS

# METODO PILATES

Entra nel mondo del Pilates con i nostri corsi progettati per guidarti attraverso un viaggio di rafforzamento, flessibilità e benessere totale.



Lezioni Adattate a Tutti i Livelli



Focus sulla Postura e la Flessibilità



Varietà di attrezzi



Contattaci oggi per  
ulteriori informazioni

BRUGINE

Mar/Giov 18,30

PIOVE DI SACCO

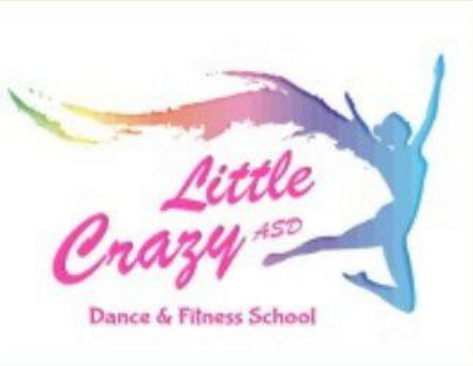
Lun/Merc 18,30

**PRENOTA ORA**



Sara - 3403585518 / Leopoldo - 3294235554

Riservato soci associazione - quota associativa 15 €



# LEZIONI DI YOGA

*Open day*



**Mercoledì**  
**25 settembre h. 20**  
**BRUGINE**  
**Sala polivalente**

Riservato soci associazione quota associativa 15 €



**Lunedì e Martedì**  
**23 e 24 settembre h. 20**  
**PIOVE DI SACCO**  
**sala musica**



**info**  
**Sara 3403585518**  
**Leopoldo 3294235554**