

**ASSESSORATO ALLO SPORT DI AZZANO MELLA  
PROPONE**



**COMUNE DI  
AZZANO MELLA**

# **CORSO DI GINNASTICA DOLCE**

*ogni giovedì  
dalle 17.30-18.30  
palestra scuole medie di Azzano Mella*

**inizio corso giovedì 15 Novembre**

- **quota dal 15 novembre al 20 dicembre 15,00 Euro + 15,00 Euro di iscrizione (assicurazione)**
- **quota mensile 10,00 Euro da Gennaio 2019**

A chi è rivolto:

A tutte le persone che per motivi di età, di tempo o di salute, vogliono ritornare in forma e riscoprire il valore del proprio corpo perché da esso dipende la propria autonomia e di conseguenza lo stile di vita.

Benefici:

Migliora l'equilibrio, la coordinazione, la mobilità articolare e la postura utilizzando movimenti dolci e leggeri

**PROVA  
GRATUITA**

**ISCRIZIONI:**

- **IN PALESTRA**
- **PRESSO IL COMUNE DI AZZANO MELLA**

**INFO AGNESE 3925120724**

