

# LA GINNASTICA PER TUTTI

da dicembre a **MIGLIARINO** • Vecchiano



porta un amico  
e diventerai  
promotore di salute

**I corsi iniziano a dicembre**  
e si svolgono tutti i  
**lunedì, mercoledì e venerdì.**  
Ogni lezione dura **1 ora**

*Altre attività proposte:*  
**Soft Pilates, Ginnastica Posturale,  
Ginnastica del Pavimento Pelvico  
e Biodanza® metodo Rolando Toro**

**TROVA IL TUO CORSO!**  
vieni a trovarci o chiama per scoprire  
qual è l'attività più adatta a te!

**ATTIVITÀ FISICA ADATTATA**  
alta e bassa disabilità

**PARKINSON LAB**  
attività dedicata ai malati di Parkinson

*Sportivamente propone anche*

**GINNASTICA RIABILITATIVA  
IN ACQUA** di gruppo/individuale  
presso la piscina della Gabella, Calci  
a cura di **Associazione LA TARTARUGA**  
info@tartarugacuraesalute.it

**INFO** Letizia 335 7758406 - Ornella 340 7361867 (telefonare ore 15.00-18.00)

**SPORTIVAMENTE asd**

le attività si svolgono presso **ASBUC di MIGLIARINO** in via Salvo D'Acquisto 1  
[www.sportivamenteads.org](http://www.sportivamenteads.org)

