

FITNESS NEI PARCHI



Attività fitness outdoor di gruppo. Lezioni di ginnastica all'aperto nei parchi della Brianza e nel territorio lecchese

08/06/2023
PARCO VILLA CABELLA

via San Giorgio - Annone di Brianza (LC)

ORE 20

Allenamento al crepuscolo

Istruttore del corso fitness: Anna Crippa

Luogo dell'allenamento: Parco di Villa Cabella (LC)

Informazioni: www.nordic.giretto.it

E-mail: nordic@giretto.it

Telefono: 366 7291389

Contributo assicurativo: € 3,00

Controlla la tua postura, acquisisci armonia e fluidità nei tuoi movimenti. Recupera il tuo benessere psico-fisico

Questa lezione offre la possibilità di sviluppare, tramite una serie di esercizi alla portata di tutti, **forza, mobilità ed equilibrio** del nostro corpo.

Il secondo allenamento è organizzato in gruppo di massimo **25 persone** e della durata di circa **1 ora**. Si terrà **Giovedì 8 giugno alle ore 20** all'interno del Parco di Villa Cabella ad Annone di Brianza (LC). Portare tappetino o telo.

Prenotazione obbligatoria: modulo Google.

GIRETTO
Experience


Giretto.it


NORDIC WALKING GIRETTO
GRUPPO DI CARIPI


df SPORT
SPECIALIST