



Incontri benessere

A partire da mercoledì 1 ottobre
ogni mercoledì orario 10.00-11.15
10 lezioni a cadenza settimanale
presso la nostra sede

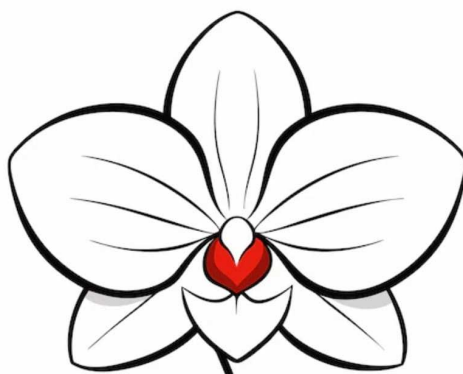
Pavimento Pelvico

Percepire e distinguere

Riconoscere se la muscolatura è troppo tonica sentire come rilassarla, o il contrario, poco tonica e serve allenarla.

Integrare il pavimento pelvico con la respirazione e la totalità del corpo

Min.8- Max.15 iscritti
Costo 100 euro + Tessera Socio 18 euro



(Portarsi coperta e cuscino)

Per informazioni rivolgersi a Edda tel. 329-6596225

ARCAM

ASSOCIAZIONE RICREATIVA CULTURALE AMBIENTALISTA SPORTIVA DILETTANTISTICA
c/o Centro Civico "A.MASENELLO" - Via Paganini 2/b - 30035 MIRANO VE
orari segreteria: giovedì 17.00-18.30 - tel.041.5701662
sito web: www.arcam-mirano.it – e-mail: info@arcam-mirano.it

... Seguici su
facebook