



L'ASSOCIAZIONE CULTURALE L'AIRONE

**ORGANIZZA ALLA SEDE AUSER DI TREVIGLIO
UN CORSO DI GINNASTICA DOLCE PER ANZIANI**
condotto da Daniele Frutti

Questo Corso di Ginnastica Dolce è rivolto alle persone di qualsiasi età e condizione fisica che desiderano ritrovare la libertà nel movimento. Attraverso esercizi semplici e piacevoli si migliora l'organizzazione motoria, la flessibilità, la funzionalità articolare e la coordinazione, ritrovando la facilità e la leggerezza nei propri movimenti.

Le lezioni avverranno nel rispetto della attuale normativa ANTI COVID19.

**Il corso si svolgerà nella SEDE AUSER a TREVIGLIO IN VIALE
M.MERISIO,6 IL MARTEDI E GIOVEDI DALLE 9.30 ALLE 10.30 A
PARTIRE DA MARTEDI 6 OTTOBRE 2020.**

La prima lezione di prova sarà gratuita.

Per informazioni tel 329 2782518 , mail fruttidaniele1@gmail.com