



Presso il Centro Sportivo G. Onesti  
Zona Moletolo  
Parma



## KINÈPILATES

- ✓ *per stare meglio*
- ✓ *per tonificare ed allungare la muscolatura*
- ✓ *per migliorare la postura*
- ✓ *per alleviare ed eliminare lievi ma fastidiosi dolori*
- ✓ *per utilizzare nel modo migliore il tempo di attesa*
- ✓ *per regalarsi un po' di tempo ed attenzione*

**MERCOLEDI**

**Ore 18,00-18,50**

**Prima lezione-prova GRATUITA**

**Info e prenotazione (obbligatoria): Marinella 3470549520**

**Le lezioni si svolgeranno al Mercoledì:  
in piccoli gruppi**

*Le lezioni saranno attivate solo al raggiungimento del numero minimo di iscritti*



**INGRESSO Palestra Kinè:  
all'esterno della Piscina sotto la scala antincendio**