

# NUOVO CORSO

## GINNASTICA POSTURALE



MIGLIORA LA MOBILITA' DELLE ARTICOLAZIONI,  
AIUTA A MANTENERE UNA MIGLIORE POSTURA E A  
RIDURRE I DOLORI DI ORIGINE MUSCOLARE

CONSIGLIATO A CHI HA PROBLEMI DI: DOLORE CERVICALE,  
LOMBALGIA, SCIATALGIA, DORSALGIA, RETRAZIONI MUSCOLARI,  
POSTURA SCORRETTA, DOLORI ARTICOLARI CON SCARSA  
MOBILITA', DOLORI POST TRAUMATICI

*IL CORSO SI SVOLGERA' IN PISCINA, ALTERNANDO  
ESERCIZI E POSTURE A TERRA, CON UN LAVORO  
TONICO E DI RILASSAMENTO IN VASCA PICCOLA*

**IL CORSO SI SVOLGERA'**  
**A PARTIRE DA LUNEDI' 15 DICEMBRE**  
**DALLE 11.00 ALLE 11.50**

**PER ISCRIZIONI, RIVOLGERSI IN SEGRETERIA**