

CORSO DI AQUABALANCE

OGNI VENERDÌ alle 10:00

**IL CORSO DI GINNASTICA
DOLCE/POSTURALE IN ACQUA**

**PENSATO PER RINFORZARE IL CORE,
MIGLIORARE L'EQUILIBRIO
E CORREGGERE L'ALLINEAMENTO DEL CORPO.**

**PER INFO ED ISCRIZIONI CONTATTACI AL
TEL. 02 90630388**



Centro Sportivo Piscina Comunale - Paullo

Tel.02.90630388

centrosportivo@spm-paullo.com

www.piscinapaullo.it



@spmsport_paullo

QUALI BENEFICI OFFRE?

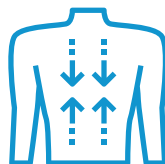
**RIDUZIONE
DELLO STRESS E
MIGLIORAMENTO
DEL BENESSERE**



**AUMENTO DEL
TONO
MUSCOLARE**



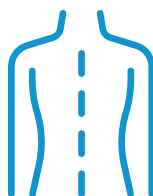
**ALLEVIAMENTO
DEI DOLORI
MUSCOLARI E
ARTICOLARI**



**AMBIENTE
SICURO SENZA
RISCHI DI
SOVRACCARICO**



**MIGLIORAMENTO
DELLA POSTURA E
DELL'EQUILIBRIO**



**PERFETTO PER CHI CERCA UN APPROCCIO DOLCE
MA EFFICACE PER PRENDERSI CURA DEL PROPRIO
CORPO E DELLA PROPRIA MENTE.**

**RITROVA L'EQUILIBRIO CON IL
SOSTEGNO DELL'ACQUA!**