

Corso di Ginnastica dolce



Luogo

Lazio, Roma

<https://www.annunci.it/x-47768-z>

In salute e in forma naturalmente e senza sforzo. Un corso originale e unico, facile, piacevole, completo. Basato su un insieme integrato di metodiche di qualità in grado di apportare sicuri benefici con movimenti dolci, lenti e progressivi e con esercizi semplici e leggeri, si prende cura di tutto il corpo e di tutta la persona nel pieno rispetto delle esigenze e caratteristiche individuali, educando la persona a vivere in maggior scioltezza con minor fatica e stress.

Lunedì e Mercoledì, dalle 10.30 alle 12.00. Anche online. Associazione Emisferi, via Michele di Lando 72, piazza Bologna, Nomentano. Info 340 340



Corso di Ginnastica dolce

<https://www.annunci.it/x-47768-z>

Corso di Ginnastica dolce

<https://www.annunci.it/x-47768-z>