



**GINNASTICA POSTURALE
PROSEGUE FINO A GIUGNO !!!!!!!
Ogni Martedì Mattina in sede CAI dalle 10 alle 11
Iscrizione mensile o trimestrale**

il corso è mirato principalmente alla mobilità articolare propedeutica all'attività sportiva outdoor, per allenare la flessibilità muscolare e l'elasticità di tutto il corpo.

Insegnante : **Valeria Bellantuono**

Ogni Martedì Mattina in sede CAI dalle 10 alle 11
si richiede abbigliamento comodo, tappetino e copertina per il rilassamento finale

Possibilità di iscrizione mensile a 35 € e trimestrale a 90 € solo per Soci CAI con rinnovo 2025

Inizio lezioni il 1 aprile 2025

Minimo 8 massimo 12 partecipanti

Iscrizioni in segreteria:

CAI – Sezione di Bologna “ Mario Fantin”

Via dei Fornaciai 25/A 40129 Bologna - Tel. 051 23 48 56

Orari di apertura: martedì 10-13 Mercoledì Giovedì Venerdì 16-19
www.caibo.it