



Presso Centro  
Commerciale Trevisago  
Via Trevisago, 35  
Manerba D/G (BS)

# GINNASTICA POSTURALE

PER RAGAZZI (10-18 anni)

*E' consigliata per:*

- *Correggere atteggiamenti posturali anomali attraverso esercizi di autocorrezione*
- *aiuta a costruire un corsetto neuro-muscolare mediante esercizi di rinforzo mirato*
- *evita squilibri muscolari e deficit di forza che potrebbero causare dolori in età adulta*

**Lezione di gruppo (max 6 partecipanti)**

**Tutti i Martedì alle ore 17.30**



**Info e prenotazioni: Francesca Capatori 348 7920831**