

vieni a provare i NUOVI CORSI in palestra

RISVEGLIO MUSCOLARE

Martedì mattina (ore 9:30)

Il risveglio muscolare è un'attività fisica che ha lo scopo di attivare i muscoli e la ripresa della loro tonicità, è un'attività a bassa intensità.

PILATES

Venerdì mattina (ore 9:30)

Il pilates è un tipo di ginnastica di tipo rieducativo, focalizzato sul controllo della postura volta a guadagnare maggiore armonia e fluidità nei movimenti.

Piscina Comunale di Parabiago

📍 Via Carso ang. Amendola - Parabiago (MI)

☎ Tel / Fax 0331 556720

✉ info.parabiago@amgasport.it



LAURA
MAGISTRONI

Dott. in Scienze motorie e massoterapia

