

SPORT NEI PARCHI



**SPORT
E SALUTE**



ASD GINNASTICA PETRARCA

ASD GRINTA SSD srl



ASD FALCIAI

ASD FOUR KICKS TKD ITALY



BAMBINI – DONNE – OVER 65

PROGRAMMA DI GIUGNO

VENERDÌ 17 DALLE 17:30 ALLE 19.30

- Ginnastica Posturale
- Difesa Personale
- Ginnastica Artistica
- Ginnastica Funzionale
- Corpo libero e Yoga

SABATO 18 DALLE 9:00 ALLE 11:00

- Risveglio Muscolare
- Taekwondo I.T.F.
- Preparazione Fisica
- Cardio Combat

DOMENICA 19 DALLE 9:00 ALLE 11:00

- Taekwondo I.T.F.
- Ginnastica Artistica
- Ginnastica Ritmica
- Total Body

VENERDÌ 24 DALLE 17:30 ALLE 19.30

- Ginnastica Posturale
- Difesa Personale
- Pilates
- Ginnastica Funzionale

SABATO 25 DALLE 9:00 ALLE 11:00

- Taekwondo I.T.F.
- Ginnastica Artistica
- Ginnastica Ritmica

DOMENICA 26 DALLE 9:00 ALLE 11:00

- Ginnastica Artistica
- Ginnastica Ritmica
- Cardio Combat

**GRATIS PER TUTTI
SERVE SOLO IL CERTIFICATO MEDICO**

SPORT NEI PARCHI



Contatti Comitato Regionale Toscana

Tel.055/471792

Email. toscana@sportesalute.eu