

in **F**ORMA **2020** nel **PARCO**



Ripartiamo insieme a fare sport

GIUGNO

Martedì 9, 16, 23, 30 giugno | ore 19.00 - 20.00

20 MINUTI DI CAMMINATA/CORSA E 40 DI GINNASTICA
(con Francesca)

Giovedì 4, 11, 18, 25 giugno | ore 19.00 - 20.00

UN'ORA DI PILATES MATWORK
(con Silvia)

Presso il parco di villa Gandini (dietro alla biblioteca)
PARTECIPAZIONE GRATUITA



SETTEMBRE

Martedì 1, 8, 15, 22 settembre | ore 18.30 - 19.30

20 MINUTI DI CAMMINATA/CORSA E 40 DI GINNASTICA
(con Francesca)

Giovedì 3, 10, 17, 24 settembre | ore 18.30 - 19.30

UN'ORA DI GINNASTICA A CORPO LIBERO
(con Silvia)

Presso il parco di villa Gandini (ritrovo al campo da basket)
PARTECIPAZIONE GRATUITA



Si raccomanda il rispetto delle norme e delle precauzioni anti-Covid



Portarsi un modulo/tappetino e un asciugamano

Per info e iscrizioni: Francesca 328 9599603 / Silvia 347 1549544 / Giampaolo 348 5335571