

PROGETTO  
IDEE RICOSTITUENTI!

# SALUTE E BENESSERE



Il Comune di Castel Bolognese propone un corso di Ginnastica Posturale di gruppo rivolta a tutti i cittadini. Il lavoro di riequilibrio posturale, attraverso la ginnastica di gruppo, è utile per riscoprire e mantenere la situazione di benessere fisico. Il progetto è suddiviso in lezioni con tematiche diverse per imparare ad ascoltare il proprio corpo e tutte le sue componenti. Non ci sono particolari limiti di età. L'attività è sconsigliata ai soggetti in condizione di dolore acuto.

**Dove: Palazzetto di Castel Bolognese**

**Quando: a partire da Gennaio 2023**

**Orario: Lunedì e Giovedì 14.30/16.30**

**Termine Iscrizioni SABATO 22 GENNAIO**

**Per Info e Prenotazioni**

**Sara Rontini 348 395 1779**

