



# Gymnastx s.s.d.

## Ginnastica per Adulti - orari e contributi 2021/2022

Palestra "Cervi", Via F.lli Cervi 27, Reggio Emilia.

### **Tecniche di isometria e stretching finalizzate al benessere posturale \***

Insegnante: Vivilla Squeri.

Pubblico: adulti

<b>Mercoledì</b>
10.30 - 12.00
Contributo trimestrale (14 settimane/trimestre) per 1,5h/sett: 180€**

### **Metodo Feldenkrais \***

Insegnante: Anna Grizzi

Pubblico: adulti

<b>Venerdì</b>
10.30 - 12.00
Contributo trimestrale (14 settimane/trimestre) per 1,5h/sett: 180€**

\* Il corso verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di 6 partecipanti.

\*\* Dal contributo rimane esclusa la quota annuale comprensiva di tesseramento ed assicurazione di 30€.

**Possibilità di abbinare i due corsi al prezzo vantaggioso di 300€/quadrimestre!**

**Questi corsi partono dal 4 ottobre e terminano l' 8 maggio.**

**Attenzione! Tutti i nostri corsi sono a numero chiuso, vi raccomandiamo di prenotarvi per tempo!**

**Per info sulla disponibilità telefonare/scrivere WA al 340 0999602**