

OPEN DAY TOTALBODY

L'ALLENAMENTO PIÙ COMPLETO
PER RIMANERE IN FORMA

È un tipo di allenamento a circuito in cui si praticano esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi che coinvolgono tutto il corpo.

Questo corso è rivolto a tutte le persone che cercano i seguenti benefici:
potenziamento muscolare,
mobilità articolare e
prevenzione.

A PARTIRE DAL 6 NOVEMBRE

TUTTI I LUNEDÌ

ALLE ORE 19.00 ALLE ORE 20.00

TUTTI I MERCOLEDÌ

DALLE ORE 20.00 ALLE ORE 21.00

Presso la Palestra Pezzani
Via J. Wybicki, 30 Reggio Emilia

Istruttrice PAOLA PRUITI
Laureata in Scienze Motorie



VUOI PRENOTARE LA LEZIONE GRATUITA ?
Chiamaci al numero 0592058125 oppure
scrivici a segreteriaacus@unimore.it

ORARI E CONTATTI **SEGRETERIA**

Lunedì 10.00 - 12.30 | 16.00 - 18.45

Martedì 13.00 - 14.30 | 16.30 - 18.45

Mercoledì 10.00 - 12.30 | 16.00 - 18.45

Giovedì 10.00 - 12.30 | 16.00 - 18.45

Venerdì / Domenica **CHIUSO**

CONTATTI



PER INFO E ISCRIZIONI **PALESTRA**
segreteriaacus@unimore.it



0592058125

CHIUSURE STRAORDINARIE

Mercoledì 25 Ottobre

Giovedì 2 Novembre

Lunedì 6 Novembre