



TOTALBODY

**L'ALLENAMENTO PIÙ COMPLETO
PER RIMANERE IN FORMA**

È un tipo di allenamento 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.

**TUTTI I MARTEDÌ E GIOVEDÌ
DALLE ORE 19.00 ALLE ORE 20.00**



**Presso la Palestra Arcadia Danza in
via Daniele Torricella , 62 42122
a Reggio Emilia**



INIZIO CORSO DAL 5 NOVEMBRE

A REGGIO EMILIA



VUOI PRENOTARE LA LEZIONE GRATUITA ?
chiamaci al numero 0592058125



HAI DOMANDE ?
scrivici a segreteriaacus@unimore.it