

# CENTRO CIVICO F.GANDINI



SARA ALDROVANDI vi aspetta con **PILATES + METODO REME** e con la **GINNASTICA POSTURALE + METODO REME**

Ritrova un corpo più tonico ed elastico rinforzando i muscoli della schiena, addome, pavimento pelvico e di tutto il corpo, per una maggiore resistenza, equilibrio, controllo e coordinazione.

**GINNASTICA POSTURALE+*Rm* metodo reme**  
RESPIRO ELASTICITÀ MOBILITÀ ENERGIA

**PILATES+*Rm* metodo reme**  
RESPIRO ELASTICITÀ MOBILITÀ ENERGIA

Tutti i martedì  
**DALLE 9.00**

Tutti i giovedì  
**DALLE 9.00**

Tutti i martedì  
**DALLE 18.15**

Tutti i giovedì  
**DALLE 10.30**

Tutti i giovedì  
**DALLE 12.30**



Comune di Peschiera del  
Garda

**PER INFO E PRENOTAZIONI**



**328.4625819**