

Polisportiva Novate

www.polisportivanovate.it - E-mail: polisportivanovate@libero.it

via Bertola n° 12- Novate Milanese - tel/fax 02/3548663

STAGIONE 2020/2021



Ginnastica e fitness: yoga

istruttore Ivano Obelleri

SALUTE E ARMONIA

UN LAVORO COMPLETO CHE COINVOLGE L'APPARATO
MUSCOLO ARTICOLARE,
IL SISTEMA NERVOSO E LA PSICOLOGIA DELLA PERSONA.
POSSIAMO COSÌ SPERIMENTARE
L'ARMONIA CHE SI CREA
TRA IL CORPO E LA MENTE,
OTTENENDO SALUTE E SERENITÀ'.

ORARI CORSI

Diurni: **Mercoledì e Venerdì** 9,30/10,30 13,00/14,00
(Fitness yoga argento) 10,30/11,30
Serali: **Lunedì** 19,00/22,00 - (tre turni)
Mercoledì 21,00/22,00
Venerdì 19,00/21,00 - (due turni)

INIZIO LUNEDÌ' 28 SETTEMBRE

TUTTI I CORSI SI TERRANNO
c/o SEDE POLISPORTIVA
al PALAZZETTO DELLO SPORT
(ex spogliatoi di calcio)