



# Gymnastx a.s.d.

## Ginnastica per Adulti - orari e contributi

Anno accademico 2019/2020

Tutti i corsi si svolgono nella palestra "Cervi" in Via F.lli Cervi 27, Reggio Emilia.

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

Insegnante: Vivilla Squeri.

Pubblico: adulti

Mercoledì
10.30 - 12.00
Contributo quadrimestrale per 1,5h/sett: 200€**

### **Metodo Feldenkrais \***

Insegnante: Anna Grizzi

Pubblico: adulti

Venerdì
10.30 - 12.00
Contributo quadrimestrale per 1,5h/sett: 200€**

\* Il corso verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di 8 partecipanti.

\*\* Dal contributo rimane esclusa la quota annuale comprensiva di tesseramento ed assicurazione di 25€.

**Possibilità di abbinare i due corsi al prezzo vantaggioso di 350€/quadrimestre!**

**Questi corsi partono dal 16 ottobre e terminano il 15 maggio.**

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

**Per info sulla disponibilità telefonare al 340 0999602**