

# Parchi in Wellness

ASCD Forlì Sport e Benessere



Tutte le attività sono completamente GRATUITE

## CAMMINATA TOTALBODY GAG

*Si consiglia il telo per gli esercizi a terra*

Lunedì e giovedì 19.30 - 20.30

Parco Dragoni - Via Santarelli/Pratella

Dal 17 giugno al 8 agosto

Istruttrici Stefania e Eleonora

*Bastoncini disponibili su prenotazione  
lezione dimostrativa di approccio al*

## NORDIC WALKING

Martedì 18.00 - 18.45

Parco Dragoni - Via Santarelli/Pratella

Dal 18 giugno al 30 luglio

Istruttrice Lara 338/1449471

## Camminata nella natura

Mercoledì 19.00 - 20.30

Parco urbano F. Agosto Via Fiume Montone

Dal 19 giugno al 7 agosto

Istruttrice Maria Vittoria

ASCD Forlì Sport e Benessere



Partecipazione gratuita

iscrizioni direttamente nel luogo del corso

Referente Prof. Paolo Proscia  
338/3269686

Estate 2019 resta in forma con noi...