

F
E
L
D
E
N
K
R
A
I
S

Il metodo Feldenkrais (dal nome del suo ideatore), con movimenti dolci e lenti adatti a tutti, permette di avere un miglior contatto col proprio corpo, alleviare dolori di varia natura e migliorare la postura e l'equilibrio.

CON

SILVIA CONTE

INSEGNANTE CERTIFICATA DAL 2005

12 incontri da giovedì 3 ottobre h. 14.30 - 15.30
presso la Biblioteca di Donnas

COSTO: 152 euro

(comprensivi di iscrizione all'Ass. Spazio Up! e assicurazione)

Abbigliamento comodo e caldo e una stuoia
o una coperta.

**INCONTRO APERTO GRATUITO IL 26 SETTEMBRE
H. 14.30
VIENI A PROVARE!**

INFO E ISCRIZIONI

346.18.56.902