

PROGRAMMA PARCHI IN MOVIMENTO - Parco LUNETTA GAMBERINI - Dal 17 MAGGIO al 4 LUGLIO 2021

Asd Olitango, Asd Officina Yoga, Asd A Passo di Danza, Asd Forme in movimento

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
MATTINA		RIABILITANGO® e GINNASTICA DOLCE over 65 9:30 - 10:30 (MARIA/DENISE e GLORIA)		RIABILITANGO® e GINNASTICA DOLCE over 65 e adatto a persone con Parkinson 9:30 - 10:30 (MARIA/DENISE e GLORIA)	FELDENKRAIS® over65 e adatto a tutti 9:30 - 10:30 (LAURA)
POMERIGGIO	PILATES adatto a tutti 17:00 - 18:00 (ELI)		FELDENKRAIS® adulti 18:00 - 19:00 (PAOLA)		
	BALLI MISTI e propedeutica al ballo (dance workout, salsa, bachata, danza del ventre) per tutti 18:00 - 19:00 (ELI)	YOGA adulti 19:00 - 20:00 (ELISA)	YOGA per tutti 19:00 - 20:00 (LAURA)	CAMMINATE, MEDITAZIONE in MOVIMENTO e TECNICHE ANTI-STRESS adatto a tutti 18:00 - 19:00 (MICAELA/CHIARA)	SWING e propedeutica al ballo (Lindy Hop, Boogie Woogie e Charleston) adulti 18:30 - 19:30 (CARLOTTA e LUCA)

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA - ATTIVITA' GRATUITE

Per iscrizioni a Riabilitango® e ginnastica, tutti i balli e pilates: info@olitango.it - 3394734113 **Maria** - 3477988812 **Denise** - www.olitango.it

Per iscrizioni a Yoga, Feldenkrais®, camminate e meditazione: officinayogabologna@gmail.com - 3402539472 **Laura**