



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



Energy Sport

Società Sportiva Dilettantistica

a responsabilità limitata

affiliata al CONI N° 209450

M.S.P. e alla FESIK

Via Promessi Sposi 76

Valmadrera

Tel.0341 201509

WWW.ENERGYSPORTLECCO.IT

Ginnastica Posturale



**Mal di schiena
Dolori cervicali
Dolori articolari**



**Migliora
la mobilità
la resistenza
rinforza i gruppi muscolari
importanti per una buona postura
e per un corpo tonico e in salute!**



**Esercizi posturali mirati ad
alleviare ed eliminare**

- ♦ dolori cervicali
- ♦ mal di schiena
- ♦ dolori articolari

**Corsi della durata di 50 minuti
con un massimo di 7 partecipanti**
I corsi sono tenuti da istruttori qualificati