

Presentazione Corso Fitwalking Amici del Po 2017

Venerdì 17 marzo alle ore 21.10 presso la palestra delle scuole
Elementari di Villafranca P.te



GIORGIO PELISSERO
istruttore abilitato presenterà

il CORSO di:

" FITWALKING AMICI DEL PO 2017"

è un modo di camminare che permette,
rispettando tempi e passi di ciascuno,
di fare sport e raggiungere un giusto
equilibrio psico fisico.

Durante il corso, attraverso semplici
apprendimenti tecnici, il normale cammino
diventa piu' efficace ed assume una
connotazione sportiva.

All'interno dello stesso verranno eseguiti 2
specifici test di valutazione
delle funzionalità cardio-circolatoria .

Camminare previene molte malattie.....
SERATA LIBERA A TUTTI



Giorgio 3486999003
Beppe 3477693846
info@amicidelpo.net