



NUOVI CORSI ONLINE

lezioni di prova dal 1 al 7 febbraio 2021

info & prenotazioni: asd.ariaalta@gmail.com

- Potenziamento orientato alla danza aerea
/ martedì & giovedì, 19-20h
- Allenamento a corpo libero
/ mercoledì, 18.30-19.30h
- Allungamento e mobilità
/ giovedì, 18-19h
- Stretching
/ venerdì, 19-20h
- Ricerca di movimento
/ sabato, 10-11h

I nostri corsi sono riservati ai soci della ASD Aria Alta.

