



OPEN DAY CORSI 2024-2025

Sabato 14 settembre

9.30

YOGA

10.00

**PILATES
TERAPEUTICO**

10.30

**RESPIRAZIONE
CONSAPEVOLE**

11.00

**STIMOLAZIONE
COGNITIVA**

11.30

**GINNASTICA DOLCE
E BACK SCHOOL**

INGRESSO GRATUITO PREVIA ISCRIZIONE

SEDE: Sala Polifunzionale Centro Girola, Via Carlo Girola 30 - Milano
PER ISCRIVERSI: sua.girola@dongnocchi.it