



Laboratorio di mobilità articolare

GRATUITO RIVOLTO A PERSONE OVER 65

Dieci incontri condotti da **Fabrizio Regonini**, Maestro **CONI**, della durata di un'ora ciascuno, tra marzo e maggio 2026. Si effettueranno pratiche di movimento, respirazione consapevole e semplici attività motorie guidate.

17 - 24 - 31 marzo 2026 dalle 9:30 alle 10:30

7 - 14 - 21 - 28 aprile 2026 dalle 9:30 alle 10:30

5 - 12 - 19 maggio 2026 dalle 9:30 alle 10:30

Presso: **Centro Diurno Anziani**
Associazione di Volontariato
Orzinuovi (BS) Via Martinelli n. 5

POSTI LIMITATI
ISCRIZIONE OBBLIGATORIA

Per informazioni e prenotazioni, chiamare il numero: 335 7757392

Partner di Progetto:



Progetto sostenuto da:

