



GINNASTICHE COLORATE _ PROGETTO “E SULLE CASE IL CIELO”
In partenariato con l’Ufficio Reti del QUARTIERE SAVENA

Martedì 15 SETTEMBRE
Martedì 22 SETTEMBRE
DALLE ore 9:30 alle 10:30

A cura di MUVet in collaborazione con l’associazione SENZA IL BANCO

Due lezioni di movimento all’aria aperta, per tutti, per ricominciare a muoversi in sintonia con il proprio corpo e la natura, in un luogo bellissimo e poco noto della città: l’area ortiva vicino alla Casa del Gufo:

Le ginnastiche colorate hanno l'intento di esplorare le tonalità del benessere. I colori che utilizzeremo vengono dal metodo Pilates, dalla ginnastica posturale e dalle tecniche miofasciali, e il dipinto finale sarà un perfetto bilanciamento tra forza, mobilità articolare ed equilibrio. Cornice di tutto sarà uno stupendo e ampio spazio verde che ci consentirà di muoverci in sicurezza.
(Daniele Fortuna)

A condurre il percorso **Daniele Fortuna:**

danzatore e coreografo, approfondisce e si certifica in discipline quali il metodo Pilates, lo yoga e la ginnastica posturale. Studioso di medicina psicosomatica, tiene corsi di Pilates e ginnastica posturale, e si occupa di formazione e collabora con medici, fisioterapisti ed osteopati dal 2007.

Le lezioni di ginnastica colorata sono aperte a tutti
Sono gratuite e a iscrizione obbligatoria

Per informazioni e adesioni si può scrivere a info@muvet.org
O telefonare a 3801412398
Ritrovo presso
La CASA DEL GUFO - Via Longo 12 Bologna

MUVet
spaziodanza

