

UNA MENTE ATTIVA IN UN CORPO ATTIVO!

SSD **Attivamente**

COLOGNO MONZESE

YOGA

Diversi stili (*Hatha, Funzionale, Yogilates*) al mattino, pausa pranzo e sera

POSTURAL

Per migliorare la postura e l'allineamento della colonna vertebrale

PILATES

Per tonificare la muscolatura e rafforzare il corpo

GINNASTICA DOLCE

Movimenti lenti e a bassa intensità accessibili a qualsiasi età e condizione fisica

COLOGNO MONZESE, VIMODRONE E CARUGATE



KUNG FU

Più di 20 classi per tutti i livelli: bambini dai 4 anni, ragazzi e adulti

  **Elisa**
393 6132741



ssdattivamente@gmail.com
www.ssdattivamente.com



SHAOLIN KUNG FU.
L'ANTICA ARTE MARZIALE CHE FORGIA
CORPO, MENTE E SPIRITO.



SHAOLIN KUNG FU

ALLA SHAOLIN WUSHU ACADEMY
CORSI DI KUNG FU
PER TUTTI I LIVELLI, DAI 4 ANNI IN SU
VIMODRONE - COLOGNO MONZESE - CARUGATE

CONTATTI: Elisa 3936132741

shaolinwushuacademy.mi@gmail.com

 [shaolin_wushu_academy](https://www.instagram.com/shaolin_wushu_academy)