

Camminata rigenerante e Pilates

Nella settimana tra lunedì 17 e venerdì 21 aprile terminano i corsi di ginnastica organizzati dal Comitato provinciale AICS Parma nei primi mesi del 2023 e tenuti dalla trainer Imma Amato.

Per il periodo successivo e fino al mese di giugno, il Comitato stesso fornisce ai propri iscritti e a tutti i cittadini interessati la possibilità di svolgere le attività di **Camminata rigenerante** e **Pilates**, sempre tenute dalla trainer Imma Amato nelle sedi di Parma e Collecchio.

Tutte le informazioni su giornate, orari e luoghi di ritrovo nella locandina riportata in seguito, in cui vengono riportati anche i contatti della trainer Imma Amato.

La locandina è un foglio informativo con un design moderno e colorato. In alto a sinistra c'è il logo "fitnessverde" con un albero stilizzato. Al centro in alto c'è il titolo "Camminata Rigenerante e Pilates" in verde e nero, con un sottotitolo "allenamenti all'aria aperta adatti a tutte le età guidati dal trainer attraverso cuffie wireless." e un riquadro con la foto della trainer "Imma Amato". Sotto il titolo, il testo "A Parma e Collecchio." è in verde. La parte centrale della locandina è organizzata in una griglia con riquadri colorati per ogni giorno della settimana, che specificano gli orari e i luoghi delle attività. In basso a sinistra, un riquadro giallo annuncia "LA PRIMA LEZIONE È GRATUITA!". In basso a destra, un riquadro verde fornisce i contatti per prenotare: "PER PRENOTARE SCRIVIMI SU WHATSAPP 339 7129572" e "MAPPA DEI PARCHI SU BIT.LY/FITNESSVERDE", con il logo Facebook "fitnessverde".

Camminata Rigenerante e Pilates
allenamenti all'aria aperta adatti a tutte le età guidati dal trainer attraverso cuffie wireless.
Trainer Imma Amato
A Parma e Collecchio.

Come contattarmi
Per info: WHATSAPP al 3397129572
Guarda video e foto su:
FACEBOOK.COM/IMMA.FITNESSVERDE

Lunedì
ore 16 al Parco 1° Maggio (Ex Bradana)
ore 18 al Parco Dante di Narni (Via Pin - zona Crocetta)

Mercoledì
ore 16.00 a Parma Mia (via Indro Montanelli)
ore 18.30 al Parco 8 Ottobre 2001 (Strada Montanara)

Venerdì
ore 16 al Parco Euterpia (San Chigello della Sognozza)
PILATES ore 18.15 a PARMA al Parco Orsato (Via Salernina)

Martedì
PILATES ore 16 a PARMA al Parco Orsato (Via Salernina)
ore 18.30 a COLLECCHIO: Parco Nevico (ingresso da via Le Valli)

Giovedì
ore 19 a COLLECCHIO al Parco Molteni (Sì Insieme al CUP)

Domenica
ore 11 al Parco 8 Ottobre 2001 (Strada Montanara)

LA PRIMA LEZIONE È GRATUITA!

PER PRENOTARE SCRIVIMI SU WHATSAPP 339 7129572
MAPPA DEI PARCHI SU BIT.LY/FITNESSVERDE
Imma Amato
www.aicssalernina.it
fitnessverde