

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, il titolo "Camminata Rigenerante e Pilates" è scritto in un font elegante. Sotto il titolo, una frase in italiano spiega che si tratta di allenamenti all'aria aperta adatti a tutte le età, guidati da una trainer attraverso cuffie wireless. A destra, c'è un ritratto circolare della trainer Imma Amato con il titolo "Trainer Imma Amato".

A Parma e Collecchio.

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

Giorno	Attività	Orario	Luogo
Lunedì	Camminata Rigenerante	ore 16	Parco 1° Maggio (Ex Bradana)
Lunedì	Camminata Rigenerante	ore 18	Parco Dante di Narni (Via Pin - zona Crocetta)
Mercoledì	Camminata Rigenerante	ore 16.00	Parco Mia (via Indro Montanelli)
Mercoledì	Camminata Rigenerante	ore 18.30	Parco 8 Ottobre 2001 (Strada Montanara)
Venerdì	Camminata Rigenerante	ore 16	Parco Euterzia (San Chigello della Sognozza)
Venerdì	Pilates	ore 18.15	Parco Oronzo (Via Salernese)
Martedì	Pilates	ore 16	Parco Oronzo (Via Salernese)
Mercoledì	Pilates	ore 18.30	Collechio (Parco Nevico (ingresso da via Le Valli))
Venerdì	Pilates	ore 19	Collechio (Parco Molteni (Sì Insieme al CUP))
Domenica	Pilates	ore 11	Parco 8 Ottobre 2001 (Strada Montanara)

LA PRIMA LEZIONE È GRATUITA!

PER PRENOTARE SCRIVI SU WHATSAPP
MAPPRA DEI PARCHI SU BIT.LY/FITNESSVERDE

Imma Amato
339 7129572
imma@fitnessverde.it
[Facebook](https://www.facebook.com/fitnessverde)