



corso di auto-aiuto

CORRETTA ALIMENTAZIONE & ATTIVITÀ MOTORIA



Mercoledì 26 febbraio 2020 - ore 18.30

Aula Magna ex Ospedale di MAROSTICA

IL CORSO SI SVOLGERÀ CON:

16 incontri di gruppo

a numero chiuso, in orari pomeridiani e serali

Corso di nordic walking gratuito

per i partecipanti al corso

Piacevoli camminate

sui più bei percorsi limitrofi a Marostica e Bassano del Grappa

A chi è rivolto il corso?

Il corso è rivolto a tutti coloro che per motivi di salute, ragioni estetiche o semplicemente per un maggior benessere, ritengono di dover instaurare un **corretto rapporto con il cibo** e migliorare il proprio stile di vita motorio.



Il Corso si svolgerà in 16 incontri, a partire dal
26 febbraio 2020 ore 18.30
e proseguirà con un incontro a settimana
di un paio d'ore ciascuno.

IL PRIMO INCONTRO È APERTO A TUTTI

Informazioni ed iscrizioni

Telefonando ai Referenti dell'Associazione
Cell. 349 7932800 | 329 9078202
oppure al primo incontro del Corso

E-mail: **ob.benessere@gmail.com**

Seguici su  **Obiettivo Benessere Bassano Marostica**