



Serata informativa



PATROCINATA DA



**CITTÀ DI
GIUSSANO**

mercoledì 23 maggio ore 21,00

presso **Villa Sartirana** - via Carroccio 2



**CON ISTRUTTORI FEDERALI
QUALIFICATI SINW**

**VIENI a SCOPRIRE
il NORDIC WALKING**

**UNO SPORT COMPLETO
PER TUTTE LE ETÀ - UOMINI E DONNE**

e per tutti i presenti:

PROVA GRATUITA SABATO **26 MAGGIO 2018**

ore 9,00 presso **Laghetto di Giussano**

RIDUCE LA TENSIONE
E LO STRESS **CERVICALE**



MIGLIORAMENTO
DELL'**UMORE**



MIGLIORA LA
POSTURA



MIGLIORAMENTO
DELLE FUNZIONI
**CARDIO
CIRCOLATORIE**



TONIFICA
IL **CORPO**



COINVOLGIMENTO
MUSCOLARE



90%

ED INOLTRE

**RINFORZA
IL SISTEMA
IMMUNITARIO**

**SVILUPPA LA
CREATIVITÀ**

**AIUTA A
DIMAGRIRE**

**MIGLIORA
L'AUTOSTIMA**