Con il patrocinio di
ROMA
Municipio Roma XIV Monte Mario

ESTATE
AL SANTA MARIA DELLA PIETÀ

PARCO SANTA MARIA DELLA PIETÀ

PIAZZA SANTA MARIA DELLA PIETÀ, 5

19 OTTOBRE 2019

ESSERE IN MOVIMENTO
Fare ginnastica nel parco

ORE 10:00 - 12:00

il professore di educazione fisica Giuseppe Bottazzi accoglierà chi vuole imparare e fare esercizi di ginnastica per tenersi in forma, a qualsiasi età. Spesso si incontrano persone che fanno corsa o ginnastica da soli, senza alcuna garanzia specialistica.
Gli incontri permetteranno di conoscere degli esercizi apprezzando il valore e le ricadute di ciascuno, in modo da poter poi replicarli, anche da soli, con una certa sicurezza di farli bene e in sicurezza fisica.
Per un paio di ore infatti, vi saranno proposti esercizi da fermo e in movimento, anche con attrezzi. Tutto gratuitamente.

L'evento si svolgerà all'interno del Parco Santa Maria della Pietà, Padiglione 28

BUONA idea! Associazione Culturale

SISTEMA SANITARIO REGIONALE
ASL ROMA 1

REGIONE LAZIO