

ACQUAMOVIMENTO

Vieni a riscoprire il tuo benessere

Un percorso personalizzato
per la ricerca del tuo benessere fisico



VERANO BRIANZA
Via N. Sauro, 30
Tel. 0362 902530
Info@piscinadiverano.it



ACQUAMOVIMENTO

Vieni a riscoprire il tuo benessere.

Nasce dall'idea di sfruttare l'acqua in tutte le sue sfaccettature e dall'idea che, coinvolgendo le diverse professionalità che operano in piscina, si possa costruire un percorso per fornire a tutte le persone tutti i benefici che l'attività in acqua può offrire a seconda delle esigenze individuali.

Lo scopo è molto semplice: stare bene in acqua, trovare e provare benessere stando immersi in acqua.

Si può iniziare un percorso di recupero o iniziare un'attività per rallentare i processi degenerativi dell'artrosi o iniziare un'attività fisica perché si è sedentari o semplicemente si vuole imparare a nuotare o si vuole nuotare.

Il progetto Acquamovimento si adatta a tutti in quanto porta le persone a migliorare le proprie condizioni fisiche grazie ai benefici dell'acqua ed educando il corpo al movimento, facendo una ginnastica dolce, trasformando la piscina in una piccola palestra e creando un lavoro a circuito con utilizzo di piccoli e grandi attrezzi.

Martedì 09.00-11.15

Giovedì 09.45-12.00

Venerdì 09.00-11.15

Anche con formula OPEN !

Chiedi maggiori informazioni in segreteria!



VERANO BRIANZA
Via N. Sauro, 30
Tel. 0362 902530
Info@piscinadiverano.it

