



Corso da settembre nella Palestra Strada Facendo Indoor, via Tommaso Salsa 2/a, specializzata in ginnastiche posturali

€

Mappa

□

La salute è in movimento! Abbiamo portato il Nordic Walking a Treviso; ora stiamo innovando il mondo del fitness, con le proposte di ginnastica posturale della palestra Strada Facendo Indoor. L'associazione sportiva dilettantistica Strada Facendo nasce a Treviso nel 2006, inizialmente come scuola di Nordic Walking. Nel 2012 il costante successo nelle attività per il benessere psico-fisico della persona, ci ha spinti ad aprire la palestra Strada Facendo Indoor. Oggi STRADA FACENDO è una tra le più note associazioni sportive nel trevigiano, molto attiva nel promuovere la cultura del benessere tramite discipline motorie e svariate iniziative di informazione e sensibilizzazione sullo sport, sull'alimentazione corretta, sulla postura ideale e sulla salute in generale, anche in partnership con associazioni ed enti locali. Tra le collaborazioni più prestigiose, STRADA FACENDO ha ricevuto incarico dalla Ulss 2 di organizzare i gruppi di cammino a Treviso e provincia.

Descrizione

L'Attività funzionale è mirata a sviluppare un corpo armonico e forte attraverso esercizi che richiamano i gesti della quotidianità e si rivolge a persone con difficoltà motorie o fuori allenamento. L'Attività funzionale è un'attività globale per rimettersi o mantenersi in forma, proposta in modo piacevole e sempre variato. Sono previsti esercizi di carattere globale e funzionale, con momenti di attivazione metabolica più intensi ma facilmente sostenibili; si allenano forza, coordinazione e destrezza anche in forma di circuito, utilizzando attrezzatura di base (manubri, palle mediche, funi, ecc.). Attività per i soci Per informazioni e iscrizioni: Tel 0422 1742081 (da lunedì 24 agosto, ore 9-11 e 17-19.30) Email segreteria@stradafacendotreviso.it

Contatti

A.S.D. STRADA FACENDO

Tel. 0422 1742081

<http://www.stradafacendotreviso.it>

V. Tommaso Salsa 2 A, Treviso, 31100

Nessun orario indicato