



Centro Riabilitativo "Don Serafino Ronchi"

# OPEN DAY

sabato 23 marzo 2013

il Centro apre le sue porte e ti aspetta a provare i corsi dimostrativi gratuiti tenuti dal nostro staff! Programma della giornata:

## *in acqua*

- 9.00** Cuccioli in acqua (ingresso prova di 15 minuti)  
**11.00** Acqua Balancing..lavoro corporeo che distende e rilassa  
**12.00** Body Step...gambe, addome e glutei a ritmo di musica  
**12.30** Watsu...l'acqua incontra il massaggio shiatsu
- 14.00** Zumba in piscina..ballare in acqua, perché no??  
**14.30** Body Step...gambe, addome e glutei a ritmo di musica  
**15.00** Hydrogim...ginnastica in acqua adatta a tutte le età  
**15.30** Zumba in piscina..ballare in acqua, perché no??  
**16.00** Gag in piscina  
**17.00** Watsu...l'acqua incontra il massaggio shiatsu

## *fuori acqua*

- 13.15** Ginnastica Dolce migliora lo stress e le tensioni  
**14.00** Massaggio Svedese o Massaggio Linfo-drenante  
possibilità di effettuare una prova gratuita di mezz'ora  
**14.00** Il tempo dell'ascolto  
a colloquio con la nostra psicologa D.sa Soncina

E' indispensabile la prenotazione.  
Comunicaci il corso a cui vuoi partecipare  
e...Ti aspettiamo!!! Grazie.

*Centro don Serafino Ronchi – 030.9960938*  
[segreteria@centrodonserafinoronchi.it](mailto:segreteria@centrodonserafinoronchi.it)

**facebook**