



I Corsi per adulti a Sportissima

Domenica 18 settembre
Lezioni gratuite

Bagno pubblico Bellinzona
Attività fitness: postazione n° 25

09:30-10:20

Flow & DeepYoga

con Paola Valchera e Samantha Ghisla

10:30-11:20

Powerbound: il vero workout sul trampolino

con Camilla Molina Maddalon

11:30-12:20

Family Super Jump

con Camilla Molina Maddalon

13:30-14:20

Hilal Dance®

con Simona Gemetti

Informazioni

Mariella Wüest, cpa.wueest@gmail.com, 079 284 24 74
Tatiana Gamboni, cpa.gamboni@gmail.com, 077 501 77 14

Istituto della formazione continua

Corsi per adulti

