

**CAMMINATA
METABOLICA**



L'esercizio guidato che ti fa rinascere

**LEZIONE
DIMOSTRATIVA
SARONNO**

Vieni a conoscere Camminata Metabolica

Lunedì 16 marzo ore 10 e ore 18

Martedì 17 marzo ore 12.30

Mercoledì 18 marzo ore 10 e ore 18

Giovedì 19 marzo ore 17

Venerdì 20 marzo ore 12.30 e ore 18

Sabato 21 marzo ore 9

Domenica 22 marzo ore 8 e ore 10

Le lezioni hanno durata di 60 min

Presso il Parco LURA - Via Venezia, 45 Saronno



PRENOTA LA TUA CUFFIA:

Per maggiori Info contattami su WhatsApp



Federica Cagnoni trainer



393 2081478

www.camminatametabolica.it

CAMMINATA
METABOLICA



L'esercizio guidato che ti fa rinascere

La Camminata Metabolica è un'attività ginnica **Semplice ed accessibile a tutti**. E' una tecnica di cammino specifica svolta **a contatto con la Natura** che migliora il tuo **Benessere e la tua Salute**. Si svolgono **esercizi guidati dal Trainer** con la **Speciale F-Band** che ti aiutano a:

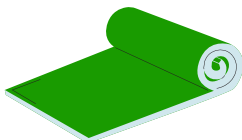
- ✓ **Riattivare il Metabolismo**
- ✓ **Stimolare Circolazione e Microcircolazione**
- ✓ **Migliorare la Postura**
- ✓ **Tonificare Gambe, Addominali e Glutei**
- ✓ **Migliorare l'Umore e la Respirazione**

Ti fornisco io le **Cuffie Wireless**
e la Speciale **F-Band**



Porta con Te:

Acqua e Tappetino



Federica - Cagnoni Trainer

Cellulare: 393 2081478



www.camminatametabolica.it