

NEW MAGIC BODY

ORGANIZZA

Sabato 6 maggio alle ore 15.30

BODY FLY DAY

con il

master trainer

GENNARO SETOLA

“Body Fly, è un programma di allenamento innovativo, adatto a tutti, costituito da una sequenza coreografica di movimenti ad intensità variabile, eseguiti lentamente e su base musicale, utilizzando come sovraccarico esclusivamente il peso del proprio corpo. Body Fly mira alla rivalutazione del corpo migliorando l’equilibrio posturale, la flessibilità, la coordinazione motoria e l’armonia muscolare.”

