



# Serata informativa



PATROCINATA DA



**CITTÀ DI  
GIUSSANO**

**mercoledì 23 maggio ore 21,00**

presso **Villa Sartirana** - via Carroccio 2



**CON ISTRUTTORI FEDERALI  
QUALIFICATI SINW**

**VIENI a SCOPRIRE  
il NORDIC WALKING**

**UNO SPORT COMPLETO  
PER TUTTE LE ETÀ - UOMINI E DONNE**

e per tutti i presenti:

**PROVA GRATUITA** SABATO **26 MAGGIO 2018**

ore 9,00 presso **Laghetto di Giussano**

RIDUCE LA TENSIONE  
E LO STRESS **CERVICALE**



MIGLIORAMENTO  
DELL'**UMORE**

MIGLIORA LA  
**POSTURA**



MIGLIORAMENTO  
DELLE FUNZIONI  
**CARDIO  
CIRCOLATORIE**

TONIFICA  
IL **CORPO**



COINVOLGIMENTO  
MUSCOLARE

**90%**

**ED INOLTRE**

**RINFORZA  
IL SISTEMA  
IMMUNITARIO**

**SVILUPPA LA  
CREATIVITÀ**

**AIUTA A  
DIMAGRIRE**

**MIGLIORA  
L'AUTOSTIMA**