



RenovaPark

vi invita

domenica 11 settembre 2016

LA PALESTRA NEL PARCO: Badminton e non solo...

*Giornata all'insegna dello sport e del divertimento
in mezzo alla natura*

Dalle 15:00 fino alle 20:30

Durante il pomeriggio potrete partecipare a varie attività, tra cui:



- **Badminton:** dimostrazioni pratiche sul badminton aperta a tutti coloro che vorranno provare questo sport sotto la guida di esperti e qualificati istruttori - a cura di **CUS Bergamo Badminton Club ASD**

- **Yoga:** attraverso semplici Asana e Sequenze è possibile percepire la propria colonna vertebrale, il suo allineamento, e scoprire la dinamica respiratoria che muove il nostro corpo - a cura di **Michela Malvestiti**



- **LIM Less is More Workout:** esercizi fisici all'aperto di "Partner Body Weight Exercises" - a cura di **Guido thetrainer**

- **Slackline:** all'interno del parco verrà allestita una slackline dove poter assistere ad alcune dimostrazioni e testare la propria capacità di equilibrio e di bilanciamento dinamico - a cura di **Mattia Natali**



Vi aspettiamo numerosi!

Partecipazione a offerta libera

Per info contattare il numero 347/88.19.234

RenovaPark - Via Arcene s.n. - Pontirolo Nuovo (BG)