



# GINNASTICA DOLCE DA SEDUTI

**Giovedì pomeriggio alle ore 14.30**

Vengono proposti giochi ed esercizi  
di mobilità dolce

*“Un momento di condivisione per raccontarsi  
attraverso la voce, il ritmo, gli sguardi,  
i sorrisi e il movimento”*

Responsabile del gruppo Chiara Rezzonico Grigore

Gli interessati sono pregati di annunciarsi  
con un paio di giorni d'anticipo