



**DIVANO LETTO, LETTO DIVANO???**  
**BASTA!!!**  
**IL FITNESS è QUELLO CHE CI SERVE**

*A casa? Troppa noia durante i pomeriggi? Ascoltare la musica e guardare la tv sembrano le uniche soluzioni?*

*Da oggi possiamo allenarci insieme anche a distanza!*

*Il corso di fitness permette a tutti di restare in forma, sviluppare energia positiva, e mettere in connessione corpo e mente. Il vero focus dell'attività sportiva non è solo ottenere gambe e addominali tonici, ma come ci fa sentire!! Valentina Corrà psicologa ed ex ballerina professionista offre il corso a tutte le ragazze di DIESIS in modo da poter continuare a condividere esperienze anche in questo momento difficile.*

**GIORNI E ORARI: Lunedì - Mercoledì 16.45 - 17.45**

**Che cosa ci serve? Abbigliamento comodo, calzini e asciugamano**

**Vi aspetto numerose!**