

Walk in Balance

Serata Salute e Benessere

lunedì 16 settembre - ore 20.45

**presso CEAS Rete Reggiana
via Franchetti, 39**

Dott. Davide Migliari
fisioterapista e osteopata

**“Prendersi cura di se stessi:
consigli di un fisioterapista
osteopata”**

Roberto Montanari
guida GAE e istruttore WiB

**“Walk in Balance: equilibrio tra
corretta attività motoria, giusta
alimentazione e benessere
mentale. Gli strumenti per
vivere in salute”**

**Durante la serata verrà presentato il
corso base di Wellness Nordic Walking.**

