



OPENCLASS AeroKids

classe a cura degli istruttori di Aeroyoga Perform ASD

venerdì **9** giugno **2023** ore >16-17

Gioca, vola, oscilla, rotea, allunga, bilancia e capovolgi in sicurezza con la lezione di movimento per bambini più creativa in circolazione.

Sequenze e attività che migliorano la consapevolezza del corpo, costruendo forza, equilibrio e flessibilità.

Queste lezioni infondono fiducia in se stessi e concentrazione mentre tuo figlio esplora il movimento in tutte le direzioni, utilizzando l'amaca antigrafità.



Fascia di età: 9-13 anni

Lezione gratuita, necessario tesseramento > 15€

prenotazioni: [+39 040 260 6536](tel:+390402606536) | info@performtrieste.com

performtrieste.com

PerForm Associazione Sportiva Dilettantistica, via Battisti 26 - 34125 Trieste | CF e PI 01282840329

L'utilizzo dei termini Yoga e Pilates indicano una ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness con i metodi Yoga e Pilates propedeutica ad altre attività sportive.