



Corsi & Percorsi  
corsipercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Pilates con Grazia - All levels!

### Ambito tematico

Ginnastica

### Descrizione

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

### Lingua d'offerta

#### Inizio

09.04.2024

#### Termine

06.06.2024

#### Numero giornate corso

17

#### dalle

17:00

#### alle

18:00

#### Durata

0 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Bolzano

Via Firenze 51

### Destinatari

Adulti, Giovani

### Docenti

GRAZIA MARALDI

### Costo del corso

### Termine per l'iscrizione

-



Corsi & Percorsi  
corsipercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Agenzia/Ente**  
UPAD Università Popolare delle Alpi  
Dolomitiche

**Pagina del corso**  
-

**Persona da contattare**

Tel.  
Email

## Pilates con Grazia - All levels!

**Ambito tematico**  
Ginnastica

**Descrizione**

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

**Lingua d'offerta**

**Inizio**  
09.04.2024

**Termine**  
06.06.2024

**Numero giornate corso**  
17

**dalle**  
19:00

**alle**  
20:00

**Durata**  
0 minuti

**Descrizione durata**  
-

**Luogo**  
Bolzano  
Via Firenze 51

**Destinatari**  
Adulti, Giovani

**Docenti**  
GRAZIA MARALDI



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente  
UPAD Università Popolare delle Alpi  
Dolomitiche

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.  
Email

## Pilates con Grazia - All levels!

Ambito tematico  
Ginnastica

Descrizione

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

Lingua d'offerta

Inizio  
09.01.2024

Termine  
06.06.2024

Numero giornate corso  
17

dalle  
18:00

alle  
19:00

Durata  
0 minuti

Descrizione durata

-

Luogo  
Bolzano  
Via Firenze 51

Destinatari  
Adulti, Giovani



Corsi & Percorsi  
[corsipercorsi.retecivica.bz.it](http://corsipercorsi.retecivica.bz.it)

Docenti

GRAZIA MARALDI

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

UPAD Università Popolare delle Alpi  
Dolomitiche

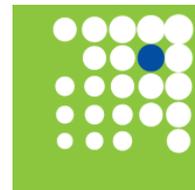
Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.

Email



Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)