

# PILATES DINAMICO

con elementi di stretching  
e ginnastica posturale

Prima lezione  
GRATUITA



Ogni **mercoledì** dalle 17:30 alle 18:30  
a partire da **mercoledì 1 ottobre a maggio 2026**

**Presso:**

il Salone del Centro d'Incontro in  
via Marcantonio della Torre 2/A , Borgo Trieste

**Per informazioni:**

Tel: 3516267273

E-mail: [gpqtrieste@gmail.com](mailto:gpqtrieste@gmail.com) | [www.borgotrieste.it](http://www.borgotrieste.it)