



**CENTRO OSTEOPATIA E MOVIMENTO**

OSTEOPATIA

OSTEOPATIA PEDIATRICA

MASSOTERAPIA

GINNASTICA  
PERSONALIZZATA

VALUTAZIONE  
POSTURALE

**PILATES CON  
MACCHINARI**

- Reformer Pilates individuale
- Reformer Pilates duetto

su appuntamento



**SETTIMANA  
di PROVA  
CORSI**

**DAL 14 AL 19 FEBBRAIO**

LEZIONI CON  
PICCOLI GRUPPI

.....  
**ESERCIZI PERSONALIZZATI**  
.....

**PERSONALE ALTAMENTE  
QUALIFICATO**

PER INFO E PRENOTAZIONI:

**351.8144498**



CENTRO OSTEOPATIA E MOVIMENTO



## ORARI CORSI:

### GINNASTICA POSTURALE

Lunedì ore 15.00 e 19.00  
Martedì ore 11.00  
Giovedì ore 10.00  
Venerdì ore 18.00

### PILATES

Lunedì ore 9.30, 18.00 e 20.00  
Mercoledì ore 10.00  
Giovedì ore 19.00 e 20.15  
Venerdì ore 10.00

### REFORMER PILATES SMART

Venerdì ore 14.00

LEZIONI CON PICCOLI GRUPPI

ESERCIZI PERSONALIZZATI

PERSONALE ALTAMENTE QUALIFICATO

### RIEDUCAZIONE VERTEBRALE per adulti e bambini

anche per portatori di corsetti  
Martedì e Giovedì  
dalle ore 15.00 alle 16.30  
dalle ore 17.45 alle 18.50

### PILATES IN GRAVIDANZA

Su appuntamento

### COM@HOME ABBONAMENTI ONLINE

#### Pilates

Giovedì ore 17.00

#### Ginnastica Posturale

Lunedì ore 16.00

**È NECESSARIA  
LA PRENOTAZIONE →**

PER INFO E PRENOTAZIONI:

**351.8144498**

MERATE • Via Statale 11 A - vicino al Bowling • [www.centro-osteopatiaemovimento.it](http://www.centro-osteopatiaemovimento.it)