



# Prenditi cura di te

leggerezza&armonia



I NOSTRI CORSI ESTIVI

DAL **2 LUGLIO** AL **31 LUGLIO** 2024

ON-LINE E IN PRESENZA

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

BIOGINNASTICA  
IL RISVEGLIO  
- STEFANIA -  
**7.00**  
SOLO ON-LINE

BIORIABILITEK  
- STEFANIA -  
**9.30**  
PRESENZA&ON-LINE

BIOGINNASTICA  
DELL'ESTATE  
- STEFANIA -  
**19.00**  
PRESENZA&ON-LINE

BIOGINNASTICA  
GAMBE  
E CIRCOLAZIONE  
- STEFANIA -  
**20.15**  
PRESENZA&ON-LINE

POSTURA  
&UFFICIO  
- STEFANIA -  
**13.00**  
PRESENZA&ON-LINE



**CORSO ESTIVO - LUGLIO**

Corso **in presenza** 1 lezione a settimana

€55,00

Corso **online** open

€45,00

Lezione singola su prenotazione

€15,00

INFO & PRENOTAZIONI

Via Cittadini 15/1 Faenza

t. 0546 622959 | cell. 334 1961700

biostudiofaenza@bioginnastica.it



Seguici sui social



bioginnastica.it

# Prenditi cura di te leggerezza&armonia

LEZIONI INDIVIDUALI E TRATTAMENTI PERSONALIZZATI



Il Bio operatore guida la persona e il suo corpo attraverso un massaggio mio-fasciale per allentare le rigidità muscolo-tensive, scaricare lo stress psicofisico, allungare la muscolatura in modo armonico per ripristinare un equilibrio del corpo.

## TRATTAMENTO BAGNO D'OLIO

Trattamento drenante e rilassante. Impacco di olio caldo e massaggio con oli essenziali e fiori di Bach specifici per la persona. Massaggio miofasciale dei meridiani e delle catene muscolari secondo la metodologia della Bioginnastica<sup>®</sup>.



Le sedute di individuali di Biowalking sono un'ottima soluzione per chi ha necessità specifiche nel movimento e per il recupero funzionale del cammino in caso di cronicità, post intervento, ma anche per gli sportivi per conoscere la propria postura in modo dinamico e migliorare la performances.

## TRATTAMENTO CALCO GRIGIO

Trattamento con massaggio drenante, detensionante, disintossicante ed impacco di gesso calcareo-solfurico fortemente detossinante e decontratturante con integrazione di olio essenziale di alloro antinfiammatorio e tonificante.



TUTTE LE INFO  
SULLA METODOLOGIA  
DELLA BIOGINNASTICA  
E I TRATTAMENTI  
PERSONALIZZATI  
LE TROVI SUL SITO  
BIOGINNASTICA.IT

