

Processioni della Settimana Santa Mendrisio



Pilates Into the Pink



Artrust in collaborazione con Camilla Sandonini, Personal Trainer e fondatrice di Pinkenergy: Boutique Fitness Studio, vi invita a partecipare un percorso alla scoperta del proprio corpo attraverso il metodo Pilates.

Uno speciale workout per riscoprire la propria energia femminile, tonificare la muscolatura addominale profonda e nutrire la propria anima.

Il tutto immersi nell'atmosfera della mostra "Into the Pink", tra le opere d'arte di Camenisch, Warhol, Combas, Léger, Spoerri, Banksy e tantissimi altri.

L'obiettivo della lezione è quello di sviluppare una maggiore consapevolezza del proprio corpo attraverso degli esercizi specifici per rinforzare e tonificare i muscoli addominali e il pavimento pelvico.

Costo 25 franchi
Massimo 15 partecipanti
Iscrizione necessaria

INFO EVENTO

-  Via Pedemonte di Sopra 1,
6818 Melano
-  Tel.: +41 91 649 33 36
-  events@artrust.ch
-  www.artrust.ch

QUANDO

Dal 04.05.2019
Al 04.05.2019
sab: 11:00