



ATTIVITÀ GRATUITE
PER BAMBINI E FAMIGLIE DA 0 A 6 ANNI



“FAMIGLIE IN MOVIMENTO” - Genitori, nonni e bimbi in forma!

Con: Claudia Mazzone (*fondatrice di Mammeinforma www.mammeinforma.it, tiene corsi di fitness per mamme e bimbi, movimento in gravidanza e post-parto; è istruttrice di pilates*)

Destinatari: il percorso si rivolge a **mamme/papà/nonni + bimbi indicativamente 0-6 anni**.

Modalità: previste 4 lezioni, tutti i giovedì di marzo alle ore 17:00; è possibile partecipare a tutto il percorso o ai singoli appuntamenti. I bimbi verranno coinvolti in maniera diversa, a seconda dell'età, accanto ai propri genitori/nonni. Richiesto abbigliamento comodo per tutti.

Obiettivi: la lezione è alla portata di tutti e rispetta i tempi dolci e lenti di un esercizio leggero ed efficace che aiuterà a trasmettere ai propri bimbi il piacere di muoversi e il benessere che ne deriva; è inoltre un'occasione di condivisione e complicità tra famiglie.



DOVE: CENTRO PER LE FAMIGLIE - FABRIANO, Via F. Petrarca n. 39



QUANDO: 5, 12, 19, 26 marzo 2020 - h 17:00



Info: **www.facebook.com/centrifamiglie** - Prenotazioni, entro il martedì precedente alla lezione, indicando nome e cognome dell'adulto partecipante, nome ed età del bambino e nr telefonico, o via e-mail all'indirizzo **f.rogari@cooss.marche.it**, oppure con messaggio privato alla pagina FB, o presso il Centro per le Famiglie di Fabriano negli orari di apertura.