

SPORT E SALUTE AL PARCO

Appuntamenti gratuiti dedicati al benessere
nella cornice estiva del Parco Sola Cabiati di Gorgonzola



GORGONZOLA
estate 2025

Per ogni lezione sono
a disposizione posti su
prenotazione gratuita
tramite form online.



Inquadra il QRcode e iscriviti!

Rassegna a cura dell' Ufficio Cultura, Sport e Tempo Libero

DOMENICA 6 LUGLIO

dalle 09.00 alle 10.00 - a cura di Centro Yogainsieme Gauri con Antonio Maione
Consapevolezza della Vibrazione nello Yoga

dalle 09.00 alle 10.00 - a cura di Centro Yogainsieme Gauri ASD

Yoga Senior – Muoversi con gioia

con Giovanna Carzaniga, Elena Monistier ed Elisabetta Ghezzi

DOMENICA 13 LUGLIO

dalle 08.30 alle 09.30 - a cura di Yoga Terra e Cielo con Antonella Profeta
Yoga e Meditazione

camminata in contatto con gli elementi della natura

dalle 09.00 alle 10.00 - a cura di ASD Argentia Qwan Ki Do

Risveglio Muscolare – Ginnastica Tam The

con Andrea Antonioni e Raffaele De Lucia

DOMENICA 20 LUGLIO

dalle 09.00 alle 10.00 - a cura di Ska Revolution con Massimiliano Roncato
Difesa personale

dalle 09.00 alle 10.00 con Vincenza Della Ventura

Pilates

dalle 10.00 alle 11.00 - a cura di Ska Revolution con Massimiliano Roncato
Circuit training

DOMENICA 27 LUGLIO

dalle 09.00 alle 10.00 - a cura di Ska Revolution con Giuseppe Lanfrè
Ginnastica antalgica

dalle 09.00 alle 10.00 - a cura di Ska Revolution con Clara Lampertico
Ginnastica dolce

Giardino storico Parco Sola Cabiati di Gorgonzola

Punto di ritrovo di fronte al Bar del Parco, appuntamenti annullati in caso di maltempo.