

VIA CORTINA D'AMPEZZO

In piscina per ritrovare il peso forma, c'è il Gym Tantra che fa bene alla coppia

Torna l'aquagym, perfetta per recuperare il peso giusto dopo gli eccessi alimentari delle feste. Con una novità. Il Centro Dabliu, di via Cortina d'Ampezzo propone il corso per dimagrire e migliorare i rapporti di coppia con esercizi in piscina: le lezioni saranno tenute da Eleonora Vallone, ideatrice del metodo brevettato «GymTantra». Si può partecipare con il proprio partner o trovare in piscina una persona con cui esercitarsi. Un po' di imbarazzo, magari di fronte all'esercizio

della «rana in amore» ma poi ci si libera dai pregiudizi e si impara a star bene. La Vallone terrà anche lezioni di preesciistica e pregolfistica in acqua. Il Corso di Gymnuoto è aperto a tutti, anche per chi non sa nuotare, e per chi volesse rimodellarsi senza troppa fatica, a tempo di musica. L'orario è serale: dalle 20.30 alle 21.30 ogni lunedì e mercoledì.

.....
**CENTRO DABLIU, via C. d'Ampezzo 377, Info:
06. 35504675 o A.S.Acqua Team, 393.5555533**