



**Il Comune di Arsago Seprio organizza  
Lezioni di AutoShiatsu**



## *Il Benessere nelle tue mani*

**In collaborazione con Massimo Cerbara  
Operatore ed insegnante Shiatsu**

**Evento  
gratuito!**



Apprenderemo insieme a Massimo  
Semplici ed Efficaci esercizi  
per il benessere Psicofisico.

Cosa serve: abbigliamento comodo, tappetino da  
ginnastica \ telo mare

**Ogni Giovedì dal 21 luglio 2016  
ore 21:00  
presso la Palestra Comunale di Arsago**

Evento organizzato da Delegato allo Sport e Delegato alla Sanità:  
Ismaele Tognella ed Elena Dal Zotto

Informazioni:  
eleamsi@libero.it  
Massimo – tel 349 1495979