

Società Alpinistica Valmaggese



in collaborazione con
Suva e Brico-straLugano

Invitano ad un incontro sul tema:

Ti voglio in forma...

... per la vita quotidiana!

... per andare in montagna!

... per la vita agonistica!

preparazione mentale - preparazione fisica

alimentazione

Con il Prof.

LUIGI NONELLA

Già allenatore Nazionale CH e docente di Educazione fisica

Autore del libro: *Ti voglio in forma*

Sala patriziale Bignasco

Lunedì 19 maggio 2008 ore 20.00

Vi attendiamo numerosi

Entrata libera



suva