

MY EXTRA SCHOOL - lun-ven, 7-19 / Mon-Fri, 7 am-7 pm

MY AFTER TIME - 2023/2024

DESCRIZIONE ATTIVITA`

CROSS FIT KIDS



Percorsi di forza, elasticità, accuratezza e rapidità progettati specificatamente per diventare dei Super Coordinati Eroi in sicurezza e scoprire le proprie abilità fisiche e motivazionali. Questo tipo di esercizio fisico oltre ad aumentare la forza e la resistenza muscolare comporta un miglioramento della densità ossea, incrementa la sensibilità insulinica, previene l'obesità infantile e stimola un atteggiamento positivo verso l'attività motoria.



MY SCHOOL TICINO
SCUOLA BILINGUE
Bilingual School

Alle Zocche 2, CH-6874 Castel San Pietro • T. +41 91 682 99 60
info@myschoolticino.ch • myschoolticino.ch • /MySchoolTicino



medactaforlife.com