



## PALESTRA FORTE

via statuto, 16 - milano  
telefono (02) 65.56.730 - 65.90.177

**Corsi di gruppo e individuali per  
la terza età - Adulti - Bambini**

Riguardo il benessere fisico vi proponiamo la PALESTRA «FORTE» di cui è direttore il Professor Forte, diplomato a Milano presso l'Istituto Superiore di Educazione Fisica ed a Parigi diplomato per l'insegnamento del metodo «Feldenkrais». Abilitato a Roma per i non vedenti. Il Professor Forte, sulla base della sua ventennale esperienza, attraverso movimenti semplici e privi di sforzo, fa utilizzare al meglio le capacità di ciascuno per agevolarne i movimenti quotidiani. Tutti possono partecipare: persone con problemi neuro-motori, di artrosi, reumatismo, osteoporosi, cervicale, sciatica, discopatia, cardiopatia ed asma.