

# Attività sportive per adulti

**Ginnastica antalgica**  
mercoledì dalle 10 alle 11



**Ginnastica  
posturale**  
mercoledì dalle 11  
alle 12

**Pilates** - speciale  
pausa pranzo -  
mercoledì dalle 13  
alle 14



**A.S.D. OSAL NOVATE**  
Via Cascina del Sole 28 Novate  
tel. 02/3542433 oppure 370/3746106  
segreteria@osalnovate.it

La segreteria è aperta lunedì, mercoledì e giovedì dalle 17 alle 18,30