

NOVITA' E CURIOSITA'

Il fascino dei cavalli, la forza della ginnastica per il corpo e la mente

LATINA — Una novità tira l'altra per una manifestazione in grado sempre di rinnovarsi. Così per la nona edizione SportEstate presenta l'equitazione, novità tanto attesa e gradita. Ci saranno pony e cavalli a disposizione gratuita dei visitatori ed una esibizione di ippoterapia.

Poi ecco la ginnastica effettuata con il Metodo Pilates: è una tecnica di ginnastica per il corpo e per la mente ideata da un tedesco, Joseph Pilaets. E' la ginnastica preferita da modelle e uomini pubblici ma anche ballerine e tanta gente comune. Il metodo Pilates migliora l'armonia de gesti e il portamento, tonifica i muscoli e previene la sintomatologia dolorosa dovuta a posture scorrette e disturbi articolari.

F.B.

I Pony
a disposizione
dei visitatori,
esibizione di
ippoterapia

