

NATKED ACADEMY

People edition

OPEN CLASS
21 Sett. 19.15-21.15
Info prezzi e prenotazioni
scrivi a info@natked.com
Classe di movimento di 2h introduttiva al workshop intensivo di novembre.

**Un evento per tutti
coloro che amano
muoversi.**

18 Nov. 2023

9:00-13.00 14.00-18.00

Natked movement studios.
Via Joe colombo 16. Milano.

www.natkedacademy.com

Natked Academy "people edition" è un evento stile workshop della durata di una giornata intera che nasce per coinvolgere nella filosofia e nella pratica individui di qualsiasi livello.

Per i meno esperti sarà possibile comprendere i fondamenti per costruire un corpo forte e intelligente senza eccessivi tecnicismi del settore, per i più avanzati sarà un'occasione unica di confronto con tipologie di praticanti differenti.

Molto spesso trascuriamo la possibilità di fare sì che prenderci cura del nostro corpo sia una vera e propria avventura fisica e intellettuale e ci limitiamo a ricevere rigide regole da chi ne sa più di noi. La verità è che la nostra individuale sensibilità e capacità di recepire concetti nuovi fa sempre la differenza, soprattutto se parliamo di come muoverci e come mantenere uno stile di vita dinamico.

Se vuoi migliorare la forza del tuo corpo, la sua elasticità e la sua intelligenza creativa ti aspettiamo. Con un pizzico di impegno in più rispetto al classico allenamento potrai accedere ad una filosofia di movimento in grado di cambiare la tua vita di appassionato di sport e benessere.

Natked academy è una sezione di Natked Movement Studios che si occupa di formare professionisti nel campo del benessere e del movimento e di offrire esperienze ricche di divertimento e contenuti innovativi a tutti gli appassionati di allenamento a corpo libero, salute e movimento generalista.

Prezzi. Open class 21/09 29 euro (free per i soci). Academy people 18/11 129 euro.

Per info e prenotazioni contatta info@natked.com