



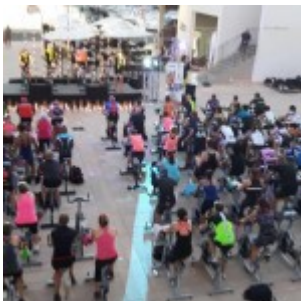
Ego Summer Days a Marina Cala de' Medici il prossimo weekend

Due giorni dedicati allo sport, al benessere e al divertimento nella location del Porto turistico di Rosignano

Rosignano Solvay, 19 luglio 2017 - Sabato 22 e domenica 23 luglio, presso la piazza del Borgo Commerciale del Porto turistico di Rosignano Marina Cala de' Medici, si terrà l'evento Ego Summer Days, due giorni tra lezioni all'aria aperta e beauty summer experience organizzati dalla palestra di Rosignano Solvay Ego Anima e Corpo in collaborazione con Marina Cala de' Medici nella bellissima e suggestiva location del Porto.

Nello specifico, il programma prevede sabato 22 risveglio muscolare (10.00-10.30), Trx Evolution (10.45-11.30), Crazy Circuit (11.45-12.30), Macumba Mix (17.30-18.00) e due lezioni di spinning (18.00-18.50 e 19.00-19.50). Al termine dell'ultima lezione di spinning aperitivo al tramonto con tutto lo staff della palestra al Fuxy Bar del Borgo di Cala de' Medici. Domenica 23 Functional Training (10.00-11.00). In entrambe le giornate sarà dato spazio anche ad ore di relax e wellness per tutti grazie alla "Beauty Summer Experience": sabato dalle 12.30 alle 17.30 e domenica dalle 11 alle 15. Un massaggio collo cervicale all'aria aperta che per l'occasione sarà gratuito per tutti coloro che parteciperanno all'evento.

[cliccare per ingrandire](#)



Dalla collaborazione fra la palestra Ego Anima e Corpo e lo Yacht Club Cala de' Medici è nata anche la succursale in Porto Ego Fit&Yacht-Ness, l'esperienza polisensoriale del Fitness&Wellness a portata di "Marina". La palestra, allestita nell'ex sede dello Yacht Club, all'interno del Borgo di Cala de' Medici, è aperta a tutti coloro che desiderano tenersi in forma e aver cura del proprio benessere in un ambiente accogliente e riservato vista mare.

