

Qual è
l'allenamento
più adatto a te?



Fai il test.

Evita le cadute

con il corretto allenamento
per aumentare forza,
equilibrio e dinamicità.

La qualità paga.
Scegli un corso con il marchio
di camminaresicuri.ch.



Gambe forti

camminaresicuri.ch

Partner tecnici:



Partner principali:



Promozione Salute
Svizzera