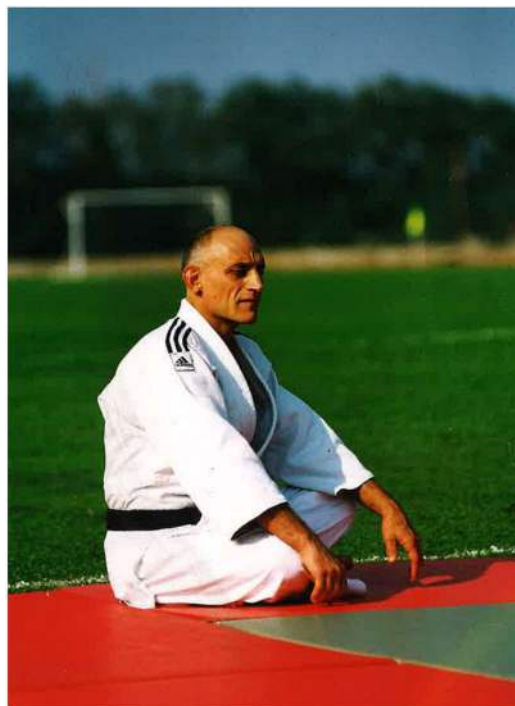




gli insegnanti di Sport Natura

Maestro Pino Cuscini (Accademia Judo Casalecchio)



Nato nel 1951, è laureato in chimica all'Università di Bologna.

Ha raggiunto il grado di 7° Dan e approfondito e sviluppato le tecniche del Pi Kwan Shu (hawaiano) e dell'Ho'Oponopono.

Pratica e insegna Judo da 50 anni a bambini, ragazzi e adulti, con un ventaglio di proposte adeguate all'età e alle peculiari abilità degli allievi.

Nel corso di Ginnastica Anti-trauma (In forma con Pino) propone un mix equilibrato di cinque attività: stretching oscillatorio, ginnastica a corpo libero, ginnastiche con leggeri carichi, esercizi base e addolciti del Judo e del Pi Kwan Shu.

La sintesi di questo lavoro ha come risultato la salute psicofisica, riscontrabile negli effetti oggettivi su peso, aspetto e qualità dell'umore.