



DALLA CHIESA SPINELLI

IIS Dalla Chiesa Spinelli - Omegna (<https://www.dallachiaspinelli.edu.it>)

---

## Proposte di stretching

Classe 5C Servizi Socio Sanitari

# Protocollo stretching

*Rivolto a studenti e docenti che quotidianamente svolgono didattica a distanza e che per questo motivo mantengono la stessa posizione per molte ore. Questo protocollo è breve, ma efficace, proprio per permettere a questa categoria di persone di praticarlo nelle pause tra una lezione e l'altra!*

Inviato da admin.01dcsp62 il Gio, 21/05/2020 - 20:24

---

URL (02/06/2020 - 12:52): <https://www.dallachiaspinelli.edu.it/iniziative-studenti/proposte-di-stretching>