



**Strength
for Life**

GET ACTIVE

Live life to the full!

Qualsiasi siano le tue abilità, se hai 50+ anni, **Strength for Life** può aiutarti a...

- **TENERTI IN FORMA**
- **RESTARE FORTE**
- **MIGLIORARE IL TUO EQUILIBRIO**

...con un programma di esercizi formulato solo per te!

Per ulteriori informazioni consulta

www.cotasa.org.au,

chiama 8232 0422 o contatti:

