

Orari Corsi di:

- **Ginnastica Posturale**
- **Rinforzo Arti Inferiori e Superiori**



Attività motoria di GINNASTICA POSTURALE

<u>LUNEDI'</u> e	dalle <u>19.30</u> alle <u>20.30</u>	<u>(Palestra)</u>
<u>MERCOLEDI'</u>	dalle <u>18.45</u> alle <u>19.30</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>MERCOLEDI'</u>	dalle <u>19.30</u> alle <u>20.15</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>LUNEDI'</u> e	dalle <u>18.30</u> alle <u>19.30</u>	<u>(Palestra)</u>
<u>GIOVEDI'</u>	dalle <u>18.30</u> alle <u>19.15</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>GIOVEDI'</u>	dalle <u>19.15</u> alle <u>20.00</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>GIOVEDI'</u>	dalle <u>20.00</u> alle <u>20.45</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>MARTEDI'</u> e	dalle <u>18.30</u> alle <u>19.30</u>	<u>(Palestra)</u>
<u>VENERDI'</u>	dalle <u>18.30</u> alle <u>19.15</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>VENERDI'</u>	dalle <u>19.15</u> alle <u>20.00</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>LUNEDI'</u> e	dalle <u>18.15</u> alle <u>19.00</u>	<u>(Vasca Terapeutica)</u>
<u>MERCOLEDI'</u>	dalle <u>17.45</u> alle <u>18.45</u>	<u>(Palestra)</u>
MARTEDI' e VENERDI'	dalle 17.45 alle 18.30	(Vasca Terapeutica)

*PER PARTECIPARE AI CORSI E' OBBLIGATORIO AVERE
IL CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA*

**PER PARTECIPARE AI CORSI E' OBBLIGATORIO AVERE
IL CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA**



Attività Motoria di Ginnastica POSTURALE

<u>LUNEDI' e GIOVEDI'</u>	dalle 09.00 alle 10.00	(Solo Palestra)
<u>LUNEDI' e GIOVEDI'</u>	dalle 18.00 alle 19.00	(Solo Palestra)
<u>LUNEDI' e GIOVEDI'</u>	dalle 19.00 alle 20.00	(Solo Palestra)
<u>LUNEDI' e GIOVEDI'</u>	dalle 20.00 alle 21.00	(Solo Palestra)



Attività Motoria per il RINFORZO ARTI INFERIORI E SUPERIORI

<u>LUNEDÌ e MERCOLEDÌ</u>	dalle 19.00 alle 19.45 dalle 18.45 alle 19.45	(Vasca Terapeutica) (Palestra)
<u>MARTEDÌ e VENERDÌ</u>	dalle 18.30 alle 19.15 dalle 18.00 alle 19.00	(Vasca Terapeutica) (Palestra)
<u>MARTEDÌ' e VENERDI'</u>	dalle 19.15 alle 20.00 dalle 19.00 alle 20.00	(Vasca Terapeutica) (Palestra)
<u>LUNEDÌ e GIOVEDÌ'</u>	dalle 12.30 alle 13.15	(Vasca Terapeutica)
<u>LUNEDÌ e GIOVEDÌ'</u>	dalle 13.15 alle 14.00	(Vasca Terapeutica)
<u>LUNEDI' e MERCOLEDI'</u>	dalle 20.30 alle 21.15 dalle 20.15 alle 21.00	(Vasca Terapeutica) (Vasca Terapeutica)
<u>MARTEDI'e VENERDI'</u>	dalle 18.30 alle 19.30	(Solo Palestra)
<u>MARTEDI'e VENERDI'</u>	dalle 20.00 alle 21.00	(Solo Palestra)

Orario segreteria: dal lunedì al venerdì: dalle 08:30 alle 13:00 ; dalle 16:00 alle 19:00
Sabato: dalle 08:30 alle 13:00 ; dalle 14:30 alle 18:00