

# GENNAIO 2021

VALIDI DAL 07/01/2021

PREVENZIONE, RIABILITAZIONE E MANTENIMENTO

## PISCINA

## PALESTRA ATTREZZI

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9.00 - 09.45 PALESTRA IN ACQUA	9.00 IDROTERAPIA DINAMICA DOLCE	9.00 - 09.45 PALESTRA IN ACQUA	9.00 IDROTERAPIA DINAMICA DOLCE	9.00 - 09.45 PALESTRA IN ACQUA	
10.00 IDROTERAPIA DINAMICA	10.00 IDROTERAPIA DINAMICA DOLCE	10.00 IDROTERAPIA DINAMICA	10.00 IDROTERAPIA DINAMICA DOLCE	10.00 IDROTERAPIA DINAMICA	10.00 IDROTERAPIA DINAMICA
	11.00 - 11.45 PALESTRA IN ACQUA		11.00 - 11.45 PALESTRA IN ACQUA		10.50 IDROTERAPIA DINAMICA
	13.30 IDROTERAPIA DINAMICA		13.30 IDROTERAPIA DINAMICA		
17.00 - 17.45 PALESTRA IN ACQUA				17.00 - 17.45 PALESTRA IN ACQUA	
18.00 IDROTERAPIA DINAMICA	18.00 IDROTERAPIA DINAMICA	18.00 IDROTERAPIA DINAMICA	18.00 - 18.45 PALESTRA IN ACQUA	18.00 IDROTERAPIA DINAMICA	
18.50 IDROTERAPIA DINAMICA	18.50 - 19.35 PALESTRA IN ACQUA	18.50 IDROTERAPIA DINAMICA	19.00 - 19.45 PALESTRA IN ACQUA	19.30 IDROTERAPIA DINAMICA	

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
08.30 - 09.30 PALESTRA		08.30 - 09.30 PALESTRA		08.30 - 09.30 PALESTRA	9.30 - 11.00 PALESTRA
09.30 - 10.30 PALESTRA		09.30 - 10.30 PALESTRA		09.30 - 10.30 PALESTRA	
12.30 - 13.30 PALESTRA		12.30 - 13.30 PALESTRA		12.30 - 13.30 PALESTRA	
13.30 - 14.30 PALESTRA		13.30 - 14.30 PALESTRA		13.30 - 14.30 PALESTRA	
17.00-18.00 PALESTRA		17.00-18.00 PALESTRA		17.00-18.00 PALESTRA	
18.00 - 19.00 PALESTRA	17.30-18.30 PALESTRA	18.00 - 19.00 PALESTRA	17.30-18.30 PALESTRA	18.00 - 19.00 PALESTRA	
	18.30 - 19.30 PALESTRA		18.30 - 19.30 PALESTRA		

## PALESTRA CORSI

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
		17.30 POSTURAL PILATES		17.30 POSTURAL PILATES
	18.00 G. POSTURALE	18.30 G. POSTURALE	18.00 G. POSTURALE	18.30 G. POSTURALE
	19.00 G. POSTURALE		19.00 G. POSTURALE	
19.20 PILATES		19.20 PILATES		

Si può accedere solo con temperatura inferiore a 37.5°, muniti di mascherina chirurgica o FFP2 e autocertificazione compilata e firmata.  
L'accesso al servizio è consentito soltanto previa prenotazione e con prescrizione.  
In piscina possono accedere contemporaneamente al max 10 persone e in palestra al max 6.

### AREA BENESSERE CHIUSA.

Per maggiori informazioni rivolgersi al personale di reception o chiamare lo 051 0221.  
Regolamento completo sul sito [www.medicapoliambulatori.it](http://www.medicapoliambulatori.it)

