

# PROGRAMMAZIONE DAL 09 GENNAIO 2023

## PALESTRA CORSI

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
08.30-09.30 PICCOLO GRUPPO	09.15 GINNASTICA POSTURALE DOLCE	08.30-09.30 PICCOLO GRUPPO	09.15 GINNASTICA POSTURALE DOLCE	
09.30-10.30 PICCOLO GRUPPO	10.00 GINNASTICA POSTURALE DOLCE	09.30-10.30 PICCOLO GRUPPO	10.00 GINNASTICA POSTURALE DOLCE	09.30-10.30 PICCOLO GRUPPO
10.40 * TOTAL BODY STEP	11.00 * POSTURAL PILATES		11.00 * POSTURAL PILATES	10.40 * TOTAL BODY STEP
	13.30 * CIRCUITO FUNZIONALE		13.30 * CIRCUITO FUNZIONALE	

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
16.00-17.00 PICCOLO GRUPPO		16.00-17.00 PICCOLO GRUPPO		
17.30 * LOWER BODY		17.30 * POSTURAL PILATES		18.00 * LOWER BODY
18.30 G. POSTURALE	18.00 G. POSTURALE	18.30 G. POSTURALE	18.00 G. POSTURALE	
NOVITA' 19.20 * TOTAL BODY STEP	19.00 G. POSTURALE	NOVITA' 19.20 * TOTAL BODY STEP	19.00 G. POSTURALE	
20.15 * CIRCUITO FUNZIONALE		20.15 * CIRCUITO FUNZIONALE		

I corsi contrassegnati da \* sono compresi nell'abbonamento di Palestra attrezzi.

## PALESTRA ATTREZZI

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
08.30 - 10.30 PALESTRA		08.30 - 10.30 PALESTRA		08.30 - 10.30 PALESTRA	
10.30 - 12.30 PALESTRA	09.00 - 11.00 PALESTRA	10.30 - 12.30 PALESTRA	09.00 - 11.00 PALESTRA	10.30 - 12.30 PALESTRA	09.00 - 11.00 PALESTRA
12.30 - 14.30 PALESTRA	12.30 - 14.30 PALESTRA	12.30 - 14.30 PALESTRA	12.30 - 14.30 PALESTRA	12.30 - 14.30 PALESTRA	
17.00-18.30 PALESTRA	17.30-19.30 PALESTRA	17.00-18.30 PALESTRA	17.30-19.30 PALESTRA	17.00-18.30 PALESTRA	
18.30 - 20.00 PALESTRA		18.30 - 20.00 PALESTRA		18.30 - 20.00 PALESTRA	

## PREVENZIONE, RIABILITAZIONE E MANTENIMENTO

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

 Iscriviti al Gruppo "Medica Palestra & Piscina"



Poliambulatorio Privato MEDICA  
Poliambulatorio Privato Medica - Viale Minghetti, 4 - 40017 San Giovanni in Persiceto - Bo  
Per informazioni: Tel. 051 02211 - Per prenotazioni e disdette: Tel. 051 6871080 - Fax 051 6871203  
[www.medicapoliambulatori.it](http://www.medicapoliambulatori.it) - [medica@medipass.it](mailto:medica@medipass.it)

Aut. n. 18353 del 20/04/2004 - Direttore Sanitario Dr.ssa Anna Pia Ferraretti - Specialista in Ostetricia e Ginecologia

