

PROGRAMMAZIONE DAL 03/06 al 28/06/24

PALESTRA CORSI

Mattina

Pomeriggio

Lunedì		Martedì	Mercoledì		Giovedì	Venerdì	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì
08.30-09.30 Piccolo Gruppo			08.30-09.30 Piccolo Gruppo					15.30-16.30 Piccolo Gruppo Under 14		15.30-16.30 Piccolo Gruppo Under 14
09.30-10.30 Piccolo gruppo	09.30★ Stretch and tone	09.30 Ginnastica posturale dolce	09.30-10.30 Piccolo gruppo	09.30★ Lower Body	09.30 Ginnastica posturale dolce	09.30-10.30 Piccolo Gruppo	16.30-17.30 Piccolo gruppo	16.30★ Pilates	16.30-17.30 Piccolo gruppo	16.30★ Pilates
10.45★ Total Body Step	11.00 Postural Pilates	10.45★ Ginnastica Posturale	11.00 Postural Pilates	10.45★ Total Body Step	11.00 Postural Pilates	10.45★ Total Body Step	17.30★ Pilates	17.30 Ginnastica posturale	17.30★ Pilates	17.30 Ginnastica posturale
11.45★ Postural Pilates						11.45★ Postural Pilates	18.30 Ginnastica posturale	18.30 Ginnastica posturale	18.30 Ginnastica posturale	18.30 Ginnastica posturale
	13.30★ Abdominal Workout				13.30★ Abdominal Workout		19.30★ Circuito funzionale	19.30★ Circuito funzionale	19.30★ Super tone	19.30★ Super tone

Sono compresi negli abbonamenti di Palestra Attrezzi anche i corsi di contrassegnati da ★
Vuoi prenotare il tuo **posto esclusivo**? Chiedi informazioni in reception!

PALESTRA ATTREZZI

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00
10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00
12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30
15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30
17.30-20.30	17.30-20.30	17.30-20.30	17.30-20.30	17.30-20.30

PREVENZIONE, RIABILITAZIONE E MANTENIMENTO

Per maggiori informazioni rivolgersi alla reception o chiamare lo 051 0221.
Regolamento completo sul sito www.medicapoliambulatori.it



Seguici su Facebook

Scansiona il QrCode e iscriviti alla nostra pagina Facebook per rimanere sempre aggiornato su orari e corsi.