

PROGRAMMAZIONE CORSI DAL 21/04 AL 03/05/25

DAL 21/04 AL 26/04/25

Lunedì 21/04	Martedì 22/04	Mercoledì 23/04	Giovedì 24/04	Venerdì 25/04	Sabato 26/04
			09:15 Ginnastica posturale dolce		
	09:30 ★ Lower Body		10:15 Ginnastica posturale dolce		
	10:45 ★ Ginnastica Posturale		11:00 ★ Postural Pilates		
	13:30 ★ Abdominal Workout		13:30 ★ Abdominal Workout		
		16:30 ★ Pilates			
17:30 Ginnastica posturale	17:30 Pilates	17:30 Ginnastica posturale			
18:30 Ginnastica posturale	18:30 Ginnastica posturale	18:30 Ginnastica posturale			

DAL 28/04 AL 03/05/25

Lunedì 28/04	Martedì 29/04	Mercoledì 30/04	Giovedì 01/05	Venerdì 02/05	Sabato 03/05
	09:15 Ginnastica posturale dolce				
09:30 ★ Stretch and tone	10:15 Ginnastica posturale dolce	09:30 ★ Lower Body			
10:45 ★ Total Body Step	11:00 ★ Postural Pilates	10:45 ★ Ginnastica Posturale		10:45 ★ Total Body Step	
11:45 ★ Postural Pilates				11:45 ★ Postural Pilates	
	13:30 ★ Abdominal Workout				
16:30 ★ Pilates		16:30 ★ Pilates			
17:30 Pilates	17:30 Ginnastica posturale	17:30 Pilates			
18:30 Ginnastica posturale	18:30 Ginnastica posturale	18:30 Ginnastica posturale			

I corsi contrassegnati da ★ sono compresi negli abbonamenti "Corsi" e "Palestra attrezzi + Corsi".
I corsi verranno avviati al raggiungimento del numero minimo di 3 iscritti.
Vuoi prenotare il tuo **posto esclusivo**? Chiedi informazioni in reception!

I corsi si terranno nei soli giorni indicati in tabella. La normale programmazione riprenderà Lunedì 05/05/25.



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

Seguici su Facebook

PREVENZIONE, RIABILITAZIONE E MANTENIMENTO

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

PROGRAMMAZIONE PALESTRA DAL 21/04 AL 03/05/25

DAL 21/04 AL 26/04/25

Lunedì 21/04	Martedì 22/04	Mercoledì 23/04	Giovedì 24/04	Venerdì 25/05	Sabato 26/06
	08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00		
	10.00-12.00	10.00-12.00	10.00-12.00		
	12.00-14.30	12.00-14.30	12.00-14.30		
	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30		
	17.30-19.30	17.30-19.30	17.30-19.30		

DAL 28/04 AL 03/05/25

Lunedì 28/04	Martedì 29/04	Mercoledì 30/04	Giovedì 01/05	Venerdì 02/05	Sabato 03/05
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	
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	
17.30-19.30	17.30-19.30	17.30-19.30		17.30-19.30	

I corsi si terranno nei soli giorni indicati in tabella. La normale programmazione riprenderà Lunedì 05/05/25.



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

Seguici su Facebook

PREVENZIONE, RIABILITAZIONE E MANTENIMENTO

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