



UISP
aps

sportpertutti

Comitato di Bologna

**CHI SI AMA
SI MUOVE**

PALESTRA ATC
Via Saliceto 1 - Bologna



GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING

MARTEDÌ E VENERDÌ DALLE ORE 9.00 ALLE ORE 10.00
MARTEDÌ E VENERDÌ DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 16.00
LUNEDÌ E GIOVEDÌ DALLE ORE 9.00 ALLE ORE 11.00

FITNESS

LUNEDÌ DALLE ORE 18.00 ALLE ORE 20.00
MARTEDÌ DALLE ORE 18.00 ALLE ORE 20.00
GIOVEDÌ DALLE ORE 18.00 ALLE ORE 20.00
VENERDÌ DALLE ORE 18.00 ALLE ORE 20.00
SABATO DALLE ORE 11.30 ALLE ORE 12.30
FREQUENZA LIBERA

GINNASTICA POSTURALE CON ELEMENTI DI FELDENKRAIS

MARTEDÌ DALLE ORE 9.00 ALLE ORE 10.30
MARTEDÌ DALLE ORE 10.30 ALLE ORE 12.00
MARTEDÌ DALLE ORE 18.30 ALLE ORE 20.00
SABATO DALLE ORE 9.00 ALLE ORE 10.30

GINNASTICA POSTURALE

LUNEDÌ DALLE ORE 17.00 ALLE ORE 18.30
MERCOLEDÌ DALLE ORE 18.30 ALLE ORE 20.00
VENERDÌ DALLE ORE 18.00 ALLE ORE 19.30

GINNASTICA CON METODO PILATES

LUNEDÌ DALLE ORE 14.20 ALLE ORE 15.20 E DALLE ORE 15.20 ALLE ORE 16.20
MERCOLEDÌ DALLE ORE 17.30 ALLE ORE 18.30
GIOVEDÌ DALLE ORE 9.30 ALLE ORE 10.30

GINNASTICA ESTETICA

LUNEDÌ DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 16.00
MARTEDÌ DALLE ORE 16.00 ALLE ORE 17.00
GIOVEDÌ DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 17.00
MARTEDÌ E VENERDÌ DALLE ORE 10.00 ALLE ORE 11.00
FREQUENZA LIBERA

BALLI DI GRUPPO

MERCOLEDÌ DALLE ORE 9.30 ALLE ORE 10.30
GIOVEDÌ DALLE ORE 17.00 ALLE ORE 18.00

MOVIMENTO CREATIVO

SABATO DALLE ORE 10.45 ALLE ORE 12.45

Lezioni di prove gratuite presentandosi in palestra,
in qualsiasi momento dell'anno, negli orari sopra indicati.

WWW.UISPBOLOGNA.IT

INFO: CELL. 339 7179584 MAIL : palestra.atc@uispbologna.it