

5-9 ottobre

PROVE GRATUITE PALESTRA TURRINI

LUNEDÌ 5 OTTOBRE

H.9.00-10.00

**GINNASTICA
POSTURALE**



H.15.00-17.00

**BALLI
DI GRUPPO**



H.18.00/19.00

**PILATES
BASE**



H.19.30/20.30

**GINNASTICA DI
MANTENIMENTO**



MARTEDÌ 6 OTTOBRE

H.15.00/16.00

**KARATE
BIMBI**



H.16.15/17.00

**FIABA
MOVIMENTO**



H.17.30/19.00

YOGA



H.19.30/20.30

**KARATE
ADULTI**



MERCOLEDÌ 7 OTTOBRE

H.9.00-10.00

**GINNASTICA
POSTURALE**



H.19.30/21.00

**RIFLESSOLOGIA
PLANTARE**



GIOVEDÌ 8 OTTOBRE

H.9.00/10.00

FELDENKRAIS



H.16.15-17.15

**YOGA
BASE**



H.15.00/16.00

**MUSICA
MOVIMENTO
NONNI/NIPOTI**



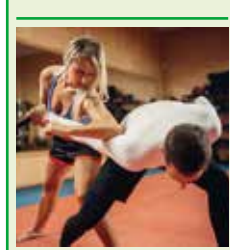
H.17.30/19.00

YOGA



H.19.30/20.30

**DIFESA
PERSONALE**



VENERDÌ 9 OTTOBRE

H.9.00-10.00

**YOGA
BASE**



H.10.30-11.30

**MUSICA-ARTE
MOVIMENTO**



H.15.30/16.30

**YOGA
BIMBI**



H.17.00/18.00

FELDENKRAIS



H.18.30/19.30

**JUDO
BIMBI**



H.19.30/20.30

**JUDO
ADULTI**



 Movimento

 AFA

 Over 65

 Bambini

Prenota la tua prova gratuita:

PALESTRA TURRINI

Via Claudia Augusta 107 - Oltrisarco

Tel. 0471 300057

bolzano@uisp.it

 **UISP**
aps
sportpertutti
Comitato di Bolzano