

FERRARA PROVINCIA

ATTIVITÀ ADULTI

DA OTTOBRE

DOVE	ATTIVITÀ	GIORNI	ORARI	PALESTRA
CENTO	FITNESS SOFT	LUN/VEN	9.00 - 10.00	NEW FITNESS CLUB VIA ZALLONE 5
	FITNESS SOFT	MERC/VEN	14.30 - 15.30	
	ATTIVITÀ MOTORIA MUSICO-STIMOLATA	MERC	9.00 - 10.00	VIA DEI TIGLI, 2
RENAZZO	STRETCHING/PILATES	MAR/GIO	20.00 - 21.00	SALA POLIVALENTE
	TONIFICAZIONE E STRETCHING GINNASTICA DOLCE	LUN/MER MAR/VEN	20.00 - 21.00 14.30 - 15.30	
S. AGOSTINO	GINNASTICA DOLCE	MAR/GIO	9.30 - 10.30	SCUOLE MEDIE VIA RENAZZO, 66 PALARENO
BONDENO	GINNASTICA DOLCE	LUN/VEN	14.30 - 15.30	VIA MANZONI, 2
CASUMARO	GINNASTICA DOLCE	LUN/MERC	19.00 - 20.00	PALESTRA COMUNALE VIA CASONI 20
	DANZA MODERNA DAI 4 AI 11 ANNI	LUN/MERC	17:00 - 19:00	
PIEVE DI CENTO	FITNESS SOFT	MART/GIOV	14.30 - 15.30	SCUOLE MEDIE V. CIRCONVALLAZIONE LEVANTE, 61S
	BALLI DI GRUPPO	MERC	18.30 - 19.30	
	DANZA MODERNA LIVELLO BASE, INTERMEDIO E AVANZATO	LUN-VEN	17:00 - 20:00	
	STRETCHING E PILATES	MERC/VEN	19.30 - 20.30 20.00 - 21.00	
	STRETCHING E PILATES	MERC	9.00 - 10.00	PERFEXION VIA PONTE NUOVO, 23/B

DOVE	ATTIVITÀ	GIORNI	ORARI	PALESTRA
TAMARA	GINNASTICA POSTURALE	LUN/MERC	9.00 - 10.00 10.00 - 11.00	CENTRO SOCIALE TAMARESE P. ZZA XX SETTEMBRE, 10
COPPARO	GINNASTICA POSTURALE	MART/GIOV	8.30 - 9.30 9.30 - 10.30	C.S. PARCO VERDE VIA G. GARIBALDI, 106
JOLANDA DI SAVOIA	GINNASTICA DOLCE	LUN/GIOV	10.30 - 11.30	CENTRO SOCIALE STR. JOLANDA BONAGLIA, 7
BERRA	GINNASTICA DOLCE	MART/GIOV	17.00 - 18.00	PALESTRA COMUNALE VIA MARIA MONTESSORI
	STRETCHING/PILATES	MART/GIOV	18.00 - 19.00	
PORTOMAGGIORE	FUNCTIONAL TRAINING	LUN/MERC	19.00 - 20.00	VIA ROMA, 50
	GINNASTICA DI MANTENIMENTO	MART/GIOV	18.30 - 19.30	
GAMBULAGA	GINNASTICA DI MANTENIMENTO	MART/GIOV	20.15 - 21.15	EX ASILO
MAIERO	LABORATORIO BENESSERE	MART/GIOV	15.30 - 16.30	EX SCUOLA PRIMARIA VIA PRONDOLO
SAN NICOLÒ	TONIFICAZIONE E STRETCHING	MART/VEN	15.00 - 16.00	SCUOLA PRIMARIA

LABORATORI DI GINNASTICA A DOMICILIO  
PER ANZIANI ULTRA SETTANTACINQUENNI  
CHE PRESENTANO RIDOTTA AUTONOMIA MOTORIA.

PER INFORMAZIONI: CRISTINA LANDI TEL 0532 907612

LE ATTIVITÀ, INSERITE NEL PROGETTO *Agili non Fragili*, SONO  
REALIZZATE GRAZIE AI CONTRIBUTI DELLA REGIONE EMILIA ROMAGNA.

ATTIVITÀ BIMBI

DANZA

Pieve di Cento  
Palestra scuole medie  
lunedì e venerdì  
dalle 17:00 alle 20:00

Casumaro  
Palestra comunale  
via casoni 20

lunedì e mercoledì  
dalle 17:00 alle 19:00

San Nicolò  
Palestra scuola primaria  
via parri  
Martedì e giovedì  
dalle 17:00 alle 19:00

GIOCO CALCIO

dai 5 ai 11 anni  
San Martino (FE)  
Campo parrocchiale  
Martedì e giovedì  
dalle 17:30 alle 19:00

agevolazioni per  
gli iscritti ai  
Campus sportivi Uisp 2019

