

ATTIVITA' RIVOLTE AI SOCI UISP:

Ginnastica **HATHA YOGA:**

Lunedì e Mercoledì ore 19.30 - 20.30

Ginnastica **YOGA DINAMICO:**

Martedì e Giovedì ore 13.30 - 14.30

Ginnastica **YOGA in FAMILY:**

Lunedì e Giovedì ore 16.00 - 17.00

Il gruppo sarà composto da massimo 8 coppie genitore - figlio.  
I minori dovranno avere un'età compresa tra i 6 e i 12 anni

Ginnastica **PILATES:**

Martedì e Giovedì ore 11.15 - 12.15

Lunedì e Giovedì 17.15 - 18.15

Ginnastica **POSTURALE:**

Martedì e Giovedì ore 9.00 - 10.00

**A.F.A** (Attività Fisica Adattata)

Martedì e Giovedì ore 10.15 - 11.15

Ogni primo Sabato del mese:

**YOGA & IMPROVVISAZIONE** ore 10.00 - 11.00

Corso su prenotazione da effettuare fino a 4 giorni prima: [ombre.perla@gmail.com](mailto:ombre.perla@gmail.com)



**ORARIO SEGRETERIA:**

Piazza del Sapere (zona biblioteca CiviCa)  
Calenzano (FI)

Lunedì 17.00 - 19.00  
Martedì 10.30 - 12.30/18.00 - 20.00  
Mercoledì 18.00 - 20.00  
Giovedì 12.00 - 14.00/18.00-20.00  
Venerdì 10.30 - 12.30

[palestrapop@uispfirenze.it](mailto:palestrapop@uispfirenze.it)  
Facebook: @palestrapopolare  
Tell. 055 - 0604614 (Telefonare negli orari di segreteria)

**GLI ABBONAMENTI PER LE  
ATTIVITA' RIVOLTE AI SOCI UISP  
HANNO UN COSTO DI:**

**20€ quota di iscrizione + 4€/lezione (1h)**  
(valida fino al 31/08/20) **6€/lezione (1h e mezza)**  
**2,50€/lezione AFA**  
**3,00€/lezione Over 65**

**È possibile attivare un ABBONAMENTO INGRESSI  
di 10 lezioni da utilizzare durante tutto l'anno sportivo,  
per un costo totale di 70€**

Il calcolo del costo di ogni abbonamento  
viene fatto moltiplicando il numero di lezioni  
presenti in un **periodo** per il costo di una lezione  
singola\*.

L'anno sportivo e assicurativo UISP  
scade il 31/08/2020  
ed è articolato **in tre periodi**  
dalla durata di circa **due mesi e mezzo ciascuno.**

\*alcuni corsi specifici possono avere prezzi diversificati.