

SERVIZI 2016/2017

TRATTAMENTI BENESSERE

TRATTAMENTI SHIATSU

TRATTAMENTI TAPING

VALUTAZIONE METABOLICA
(con tecnologia BIA)

CONSULENZE NUTRIZIONALI

Tutti i mesi saranno proposte offerte vantaggiose per gli iscritti che usufruiranno di questi servizi

Per info: 055/8790213

COSA OFFRIAMO

Nella nostra palestra troverai personale altamente qualificato con insegnanti ISEF e laureati in Scienze Motorie che ti seguiranno sempre sia nei corsi che nell'attività di sala.

Avrai la possibilità di provare più tipologie di attività con le forme di abbonamento a prezzi contenuti. Troverai un ambiente cordiale che ti farà sentire da subito a tuo agio consigliandoti l'attività più indicata per le tue esigenze.



TI ASPETTIAMO... A PRESTO!

APERTURA ISCRIZIONI

1 SETTEMBRE 2016
segreteria via degli Alberti, 11 - Signa (FI)
dal lunedì al venerdì dalle 15.30 alle 19.00

INIZIO ATTIVITÀ SALA

5 SETTEMBRE 2016

INIZIO CORSI





12 SETTEMBRE 2016

PALESTRA GYMASA

Corsi e attività

Stagione 2016/2017



www.uispfirenze.it
 Palestra Gymasa UISP
 UISP Comitato di Firenze
 uispfirenze
 uispfirenze

Via degli Alberti, 11
50058 Signa (FI)
tel: 055/8790213
signa@uispfirenze.it

PALESTRA GYMASA

SEDE DELLA PALESTRA

Via degli Alberti, 11
50058 – Signa (FI)

PER INFO

tel: 055/8790213

e-mail:
signa@uispfirenze.it

facebook:
Palestra Gymasa UISP

DOVE SIAMO:

La Palestra Gymasa si trova in via degli Alberti nello stesso edificio dove si trova anche la Sala consiliare del Comune di Signa, La Biblioteca Comunale, Il Museo della Paglia e dell'Intreccio e la Sala Blu.

Per arrivare prendere le indicazioni per la sede del Comune di Signa, arrivare davanti alla chiesa di San Lorenzo prendere la salita a sinistra (già via degli Alberti) ed arrivare al numero 11.



CORSI

Stagione 2016/2017

Corsi di PILATES
Corsi di FIT BOXE
Corsi di AEROBICA/STEP
Corsi di HIP HOP
Corsi di ZUMBA

Corsi di PSICOMOTRICITÀ
(3/5 anni)

Corsi LUDICO MOTORIA
(6/9 anni)

Corsi di GINNASTICA PER ADULTI
Corsi di ATTIVITÀ FISICA ADATTATA
Corsi di GINNASTICA PER ANZIANI
Corsi di GINNASTICA DOLCE
Corsi di EDUCAZIONE MOTORIA
Corsi di METODO FELDENKRAIS
Corsi di GINNASTICA POSTURALE

NOVITÀ

Corsi di PILATES SCULPT
Corsi di DYNAMIC GYM
Corsi di TOTAL BODY DANCE
Corsi di YOGA

SALA ATTREZZI

Stagione 2016/2017



Oltre ai corsi con giorni prestabiliti proponiamo un'apertura della

SALA ATTREZZI

dal lunedì al venerdì
dalle 9.00 alle 22.00
(intervallo dalle 12.30 alle 13.00)

sabato
dalle 10.00 alle 13.00

Con varie forme di ABBONAMENTO:

Abbonamento Trimestrale: Sala 2 giorni + sabato

Abbonamento Trimestrale: Sala 3 giorni + sabato

Abbonamento Stagionale: Sala 2 giorni + sabato

Abbonamento Stagionale: Sala 3 giorni + sabato

Con gli abbonamenti sarà possibile partecipare anche ai corsi di:

PILATES SCULPT, TOTAL BODY DANCE, FIT BOXE, AEROBICA/STEP, HIP HOP e DYNAMIC GYM

**PREVISTO UNO
SCONTO DEL 10%
PER OGNI FAMILIARE**