

**A-GYM**  
PALESTRA ACCESSIBILE

**A-GYM**  
PALESTRA ACCESSIBILE

**LA PALESTRA DI TUTTI, NESSUNO ESCLUSO**

**RISERVATO AI SOCI UISP**

## CORSI COLLETTIVI

### FLEXIBLE STRENGTH

*Great Work*

IL SALUTO AL SOLE IN PALESTRA. FLESSIBILITÀ E CONTROLLO IN PERFETTO EQUILIBRIO.

BY MARCELLA | GIOVEDÌ 13:30-14:30

### CORPO LIBERO E CONNESSO

*Soft*

UN VIAGGIO DI MOVIMENTO GUIDATO ALLA SCOPERTA DEL PROPRIO CORPO. FLESSIBILITÀ E CONTROLLO.

BY MARCELLA | SABATO 14:00-15:00

### PRE-SKI

PREPARAZIONE FUNZIONALE ALLO SCI ALPINO.

BY GIACOMO | MERCOLEDÌ 19:30-21:00

**A-GYM**  
*extra's*

## ORARI PALESTRA

**PRENOTA IL TUO ALLENAMENTO PERSONALIZZATO**  
PERSONAL TRAINER, FITNESS, RIEDUCAZIONE E ATTIVITÀ FUNZIONALE

LUNEDÌ	08:30-16:00
MARTEDÌ	11:30-15:30
MERCOLEDÌ	08:30-15:00   17:00-21:00
GIOVEDÌ	11:30-15:30
VENERDÌ	08:30-15:00
SABATO	SU APPUNTAMENTO



**PER PARTECIPARE È NECESSARIO PRESENTARE IL CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO**

**PALESTRA A-GYM C/O VILLAGGIO DOSSETTI, VIA DELLA CANALINA N. 38 – RE**  
**INFO: MAIL ABILITYGYM@GASTONLUS.ORG | TEL. 0522 287611**