



piscina
corsi e ginnastica in acqua

un mese di attività gratuita



palestra
corsi e sala cardiofitness

REGOLAMENTO

Possono usufruire della gratuità solo le persone maggiorenti, in possesso di certificato medico, che non risultino già iscritte da settembre 2023 nelle palestre, piscine o ASD/SSD in cui intendono utilizzare questo coupon.

OCCORRE

contattare le segreterie delle polisportive, delle palestre e delle piscine per conoscere i termini della promozione, le attività e gli orari disponibili.

La promozione è valida fino ad esaurimento dei posti che ogni società ha messo a disposizione.

ATTENZIONE!

**L'ATTIVITÀ GRATUITA TERMINERÀ
IL 29 FEBBRAIO 2024 PER LE PISCINE
IL 31 MARZO 2024 PER LE PALESTRE**

Datti una mossa![®]



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

Muoversi è un piacere!
Specie se con pillole di movimento

1. **Datti una Mossa!** Vieni a sperimentare le attività proposte da "pillole".
2. Vivi l'esperienza divertente e rilassante prodotta dall'acqua.
3. L'esperienza in acqua e in palestra migliora la forza, la resistenza e lo stato di benessere generale.
4. Partecipa a tutte le attività proposte, rivolte a maggiorenti senza limiti di età.
5. L'adesione a "pillole di movimento" favorisce la socialità e la sperimentazione di nuove attività di movimento, anche per i più sedentari.

Pillole di Movimento

prove gratuite di movimento

un mese di attività gratuita

INIZIO 9 GENNAIO '24

ATTIVITÀ IN PISCINA

termina il 29 febbraio '24

ATTIVITÀ IN PALESTRA

termina il 31 marzo '24

piscina

corsi e ginnastica in acqua

BOLOGNA

NUOTO UISP ARCOVEGGIO

tel. 051.37.79.91
www.uispbologna.it
nuoto.arcoveggio@uispbologna.it

NUOTO UISP CAVINA

tel. 051.40.66.62
www.uispbologna.it
nuoto.cavina@uispbologna.it

NUOTO UISP STADIO

tel. 351.50.68.491
www.uispbologna.it
nuoto.stadio@uispbologna.it

SOGESE COMMUNITY

Piscina Stadio 25m
NUOTO PINNATO
tel.051.51.91.09
www.sogese.com
segreteria@sogese.com

CASALECCHIO DI RENO

POL. GIOVANNI MASI

tel.051.57.13.52
www.polmasi.it
polmasi@polmasi.it

PIANORO

POL. SPORT 2000

tel.051.77.48.53
tel 380.197.98.15
www.sportduemila.com
info@sportduemila.com

S.GIOVANNI IN PERSICETO

U.P. PERSICETANA

tel.051.82.36.37
www.polisportivapersicetana.it
upp@imolanet.com

S.LAZZARO DI SAVENA

POL. SPORT 2000

tel.051.46.70.68 - 380.19.55.432
www.sportduemila.com
info@sportduemila.com

ZOLA PREDOSA

UNIONE SPORTIVA ZOLA SSD A R.L.

tel.351.54.06.229
acquasportzola@gmail.com

palestra

corsi e sala cardiofitness

BOLOGNA

BORGO PANIGALE - RENO

PALESTRA GQ e Palestre UISP

tel.351.82.52.165
www.uispbologna.it
palestra.gq@uispbologna.it

SHOTOKAN CLUB

WhatsApp:333.29.40.160
www.shotokanclub.it
shotokanbologna@gmail.com

NAVILE

PALESTRA ATC

tel.339.71.79.584
www.uispbologna.it
palestra.atc@uispbologna.it

SEMPRE AVANTI -

STALINGRADO

tel.051.35.76.13
www.sempreavanti.it
info@sempreavanti.it

PORTO - SARAGOZZA

UISP - Palestre

tel.351.82.52.165
www.uispbologna.it
palestra.gq@uispbologna.it

SEMPRE AVANTI - STADIO

tel.051.09.33.634
www.sempreavanti.it
info@sempreavanti.it

SAVENA E S.STEFANO

Palestre UISP

tel.351.82.52.165
www.uispbologna.it
palestra.gq@uispbologna.it

POL. PONTEVECCHIO

WhatsApp 349.71.02.170
www.pontevecchiobologna.it
wellness@pontevecchiobologna.it

SOGESE COMMUNITY

Palestra Gymnasium Studios
WhatsApp: 348.91.43.415
www.sogese.com
palestragymnasium@sogese.com

S.DONATO - S.VITALE

ORIZZONTE BENESSERE e

Palestre UISP

tel.051.99.13.090
www.uispbologna.it
palestra.ob@uispbologna.it

CASALECCHIO DI RENO

POL. GIOVANNI MASI

tel.051.57.13.52
www.polmasi.it
polmasi@polmasi.it

LOIANO

POL.SPORT 2000

tel.347.58.05.471
www.sportduemila.com
info@sportduemila.com

MONTEVEGLIO

VALSAMOGGIA

POL.MONTEVEGLIO

tel.334.61.92.526
www.polisportivamonteveglgio.com
polisportiva.monteveglgio@gmail.com

OZZANO NELL'EMILIA

SOGESE COMMUNITY

Palestra Acqua&Fitness

tel.051.79.61.35
www.sogese.com
palestra@acquaefitness.it

PIANORO

POL.SPORT 2000

tel.051.77.48.53 - tel.380.19.79.815
www.sportduemila.com
info@sportduemila.com

SASSO MARCONI

SOGESE COMMUNITY

Pal.Sasso Marconi c/o Piscina

tel.051.84.17.60
www.sogese.com
piscinasassomarconi@sogese.com

S.GIOVANNI IN PERSICETO

U.P. PERSICETANA

tel.051.82.36.37
www.polisportivapersicetana.it
upp@imolanet.com

S.PIETRO IN CASALE

UISP SAN PIETRO IN CASALE

tel.347.98.98.132
www.uispbologna.it
palestra.spc@uispbologna.it

S.LAZZARO DI SAVENA

POL. SPORT 2000

tel. 051.46.70.68 - 380.19.55.432
www.sportduemila.com
info@sportduemila.com

SOGESE COMMUNITY

SALA PESI KENNEDY GYM

c/o Piscina Kennedy
tel. 051.46.70.68
www.sogese.com
piscinakennedy@sogese.com

PALESTRA GREEN ENERGY

tel.380.37.74.897
www.sportduemila.com
info@sportduemila.com

ZOLA PREDOSA

GRUPPO SPORTIVO RIALE ASD

tel.051.75.24.55
www.gsriale.it
segreteria@gsriale.it

si ringrazia

Banca di Bologna

GVM
CARE & RESEARCH

OTTICA INN

OTTICA INN
Rivederci sarà un piacere

partner di progetto