

UISP METTE AL CENTRO IL TUO BENESSERE!

STAGIONE 2024/2025

LUNEDÌ		MARTEDÌ			MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ			VENERDÌ	
Sala Grande	Sala Par.	Sala Grande	Sala Arti	Sala Par.	Sala Grande	Sala Par.	Sala Grande	Sala Arti	Sala Par.	Sala Grande	Sala Par.
TERZA ETÀ Elena 9:00 – 10:00	POSTURALE Niccolò B. 9:00 – 10:00	AFA Niccolò B. 9:00 – 10:00	AFA Niccolò P. 9:00 – 10:00		TERZA ETÀ Elena 9:00 – 10:00	POSTURALE Niccolò B. 9:00 – 10:00	AFA Niccolò B. 9:00 – 10:00	AFA Federico 9:00 – 10:00		TERZA ETÀ Elena 9:00 – 10:00	POSTURALE Alessio 9:00 – 10:00
CORPO LIBERO Elena 10:00 – 11:00	POSTURALE Niccolò B. 10:00 – 11:00	AFA Niccolò B. 10:00 – 11:00	AFA Niccolò P. 10:00 – 11:00	TERZA ETÀ Elena 10:00 – 11:00	CORPO LIBERO Elena 10:00 – 11:00	POSTURALE Niccolò B. 10:00 – 11:00	AFA Niccolò B. 10:00 – 11:00	AFA Federico 10:00 – 11:00	TERZA ETÀ Elena 10:00 – 11:00	CORPO LIBERO Elena 10:00 – 11:00	POSTURALE Alessio 10:00 – 11:00
	PILATES Elena 11:00 – 12:00	AFA Niccolò B. 11:00 – 12:00					AFA Niccolò B. 11:00 – 12:00				PILATES Elena 11:00 – 12:00
TOTAL BODY Federico 13:30 – 14:30			EASY LINE Niccolò B. 13:15 – 14:00		TOTAL BODY Federico 13:30 – 14:30			EASY LINE Niccolò P. 13:15 – 14:00		TOTAL BODY Niccolò B. 13:30 – 14:30	
PAL. SALUTE Federico 15:00 – 16:00		ADDOME Niccolò B. 14:15 – 15:00			PAL. SALUTE Federico 15:00 – 16:00		GLUTEI Niccolò P. 14:15 – 15:00				
CUI Alessio 17:00 – 18:00	PILATES Niccolò B. 17:00 – 18:00			PILOGA Federico 17:00 – 18:00	CUI Alessio 17:00 – 18:00				EASY LINE Niccolò P. 17:00 – 18:00		POSTURALE Federico 17:00 – 18:00
G.A.G. Francesca 18:00 – 19:00	BENESSERE SCHIENA Niccolò 18:00 – 19:00			POSTURALE Alessio 18:00 – 19:00	TOTAL BODY Francesca 18:00 – 19:00	YOGA Elisa 17:00 – 18:30			POSTURALE Alessio 18:00 – 19:00	STEP Federico 18:00 – 19:00	PILOGA Katjusa 18:30 – 19:30
TOTAL BODY Francesca 19:00 – 20:00	POWER PILATES Alessio 19:00 – 20:00	UCOMBAT Federico 18:30 – 19:30		PILATES Sara 19:00 – 20:00	G.A.G. Francesca 19:00 – 20:00	YOGA Elisa 18:30 – 20:00	FUNZIONALE Niccolò P. 18:30 – 19:30		PILATES Sara 19:00 – 20:00	TOTAL COMBAT Federico/Sara 19:00 – 20:00	PILATES Katjusa 19:30 – 20:30
	YOGA Elisa 20:00 – 21:30	FUNZIONALE Federico 19:30 – 20:30					POWER FUNCTIONAL Niccolò P. 19:30 – 20:30				

PALESTRA UISP SCANDICCI

Via IV Novembre, 13 50018 Scandicci (FI) | Tel. 055 2591089 scandicci@uispfirenze.it



347 5297204



SABATO

CALISTHENICS - Niccolò B.
11.00 - 12.00