

UISP METTE AL CENTRO IL TUO BENESSERE!

STAGIONE 2025/2026

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 - 9:50	AFA Niccolò P. 9:00 - 9:50		TERZA ETÀ Elena 9:00 - 10:00	POSTURALE Niccolò B. 9:00 - 10:00	AFA Niccolò B. 9:00 - 9:50	AFA Sara 9:00 - 9:50		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. 9.50 - 10:40	AFA Niccolò P. 9.50 - 10:40	TERZA ETÀ Elena 10:00 - 11:00	CORPO LIBERO Elena 10:00 - 11:00	POSTURALE Niccolò B. 10:00 - 11:00	AFA Niccolò B. 9.50 - 10:40	AFA Sara 9.50 - 10:40	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. 10.40 - 11:30				PILATES Niccolò B. 11:00 - 12:00	AFA Niccolò B. 10.40 - 11:30	CIRCUITO ARMONIA Sara 11.00 - 12:00			PILATES Alessio 11:00 - 12:00
		AFA Niccolò B. 11:30 - 12:20					AFA Niccolò B. 11:30 - 12:20				
TOTAL BODY Federico 13:30 - 14:30		BENESSERE SCHIENA Niccolò B. 14.00 - 15:00			TOTAL BODY Federico 13:30 - 14:30					TOTAL BODY Niccolò B. 13:30 - 14:30	
STOP CELLULITE Federico 15:00 - 16:00	AFA A Federico 16.00 - 16:50				PAL. SALUTE Federico 15:00 - 16:00	AFA A Alessio 16.00 - 16.50	ADDOME + GLUTEI Niccolò B. 14:00 - 15:00			STOP CELLULITE Federico 16.00 - 17:00	
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 B. 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 Kat 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	UCOMBAT Federico 18:30 - 19:30		PILATES Sara 19:00 - 20:00		PILATES Kat 19:30 - 20:30
	YOGA Elisa 20:00 - 21:30	FUNZIONALE Federico 19:30 - 20:30	LADY PILATES Alessio 19.00 - 20.00				FUNZIONALE Federico 19:30 - 20:30	PELVIC PILATES Alessio 18.30 - 19:30			

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