

CORSI DI NUOTO

Piscina Pizzetti -Viale Giulio Cesare (45' d'acqua) - inizio 11 ottobre

[+55]

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
Nuoto	1	Annuale bisett.	lun-gio	9.00-9.45	60	240
Nuoto	1	Annuale bisett.	lun-gio	11.15-12.00	60	240

Piscina Pizzetti -Viale Giulio Cesare (45' d'acqua) - inizio 1 novembre

[+55]

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
Nuoto	1	Annuale bisett.	Mar-ven	9.00-10.00	60	160
Nuoto	1	Annuale bisett.	lun-gio	10.00-11.00	60	160
Nuoto	1	Annuale bisett.	lun-gio	11.00-12.00	60	160

ATTIVITÀ FISICA ADATTATA - PISCINA

SCLEROSI MULTIPLA

Piscina Ego Village - Via del Giardinetto 6 – Collecchio (PR) - (45' d' acqua) - inizio 11 ottobre

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
A.f.a.	1	Annuale monosett.	lun	13.45-14.30	30	157
A.f.a.	1	Annuale monosett.	lun	14.30-15.15	30	157

PARKINSON – MAL DI SCHIENA – ARTROSI – OSTEOPOROSI-GINN ACQUA

[+55]

Piscina Moletolo - (45' d'acqua) - inizio 13 ottobre

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
A.f.a.	1	Annuale monosett.	mer	9-9.45	30	157
A.f.a.	1	Annuale monosett.	mer	9.45-10.30	30	157

ICTUS STABILIZZATO in collaborazione con ALICe Onlus



[+55]

Piscina Moletolo - (45' attività a secco + 45' attività in acqua) – inizio 13 ottobre

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
A.f.a.	1	Annuale monosett.	mer	9.00-10.30	30	180

**TUTTE LE ATTIVITA' ZOOM INIZIERANNO DAL 25 OTTOBRE
DURATA 3 MESI FINO AL 29 GENNAIO**

MONOSETTIMNALE 10 LEZIONI, COSTO: 30€

BISETTIMANALI 20 LEZIONI, COSTO: 50€

GINNASTICA DOLCE ZOOM

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
Ginnastica	1	Trimestrale Bis	Mar-gio	11.00-12.00	20	50

GINNASTICA POSTURALE ZOOM

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
Ginnastica posturale	1-2	Trimestrale Mono	mar	16.30-17.30	10	30
Ginnastica posturale	1-2	Trimestrale Mono	Ven	16.30-17.30	10	30