Attività motorie estive

ASSOCIAZIONE ANZIANI OGGI

argento vivo

PROGRAMMA ATTIVITA' MOTORIE ESTIVE

PALESTRA LA TORRETTA

- SALVATORE: lun/gio 8.30 9.30 FUNZIONALE
  lun/gio 9.30 10.30 POSTURALE
  mar/gio 19.00 20.00 TOTAL BODY
- ANTONELLA: lun/gio 10.30 11.30 VERTEBRALE
  lun/gio 12.45 13.45 PILATES

PALESTRINA
(mese di luglio)

- SALVATORE: mar/gio 11.00 12.00 PILATES
  mer/ven 10.00-11.00 VERTEBRALE

SAN NICOLA
(mese di giugno)

SALVATORE: mar/gio 11.00 12.00 PILATES
mer/ven 10.00 11.00 VERTEBRALE DOLCE

ASSOCIAZIONE ANZIANI OGGI

argento vivo

PROGRAMMA ATTIVITA' MOTORIE ESTIVE

PALESTRA LA TORRETTA

- **SALVATORE: lun/gio 8.30 9.30 FUNZIONALE**
  lun/gio 9.30 10.30 POSTURALE
  mar/gio 19.00 20.00 TOTAL BODY

- **ANTONELLA: lun/gio 10.30 11.30 VERTEBRALE**
  lun/gio 12.45 13.45 PILATES

PALESTRINA
(mese di luglio)

- **SALVATORE: mar/gio 11.00 12.00 PILATES**
  mer/ven 10.00-11.00 VERTEBRALE

SAN NICOLA
(mese di giugno)

SALVATORE: mar/gio 11.00 12.00 PILATES
merc/ven 10.00 11.00 VERTEBRALE DOLCE

Necessaria prenotazione

Riferimenti telefonici: SALVATORE 3398661021/ ANTONELLA 3406877924

Screenshot