

# I nostri corsi per il benessere :



## CENTRO SOCIALE ILARIA ALPI ( PONTE RONCA)

**MARTEDÌ - VENERDÌ**  
9.00 - 9.50 G. DOLCE  
10.00 - 10.50 G. DOLCE

## CENTRO SOCIALE G. FALCONE (RIALE)

**MARTEDÌ - GIOVEDÌ**  
9.20 - 10.10 G. DOLCE  
10.10 - 11.00 G. DOLCE  
11.00 - 11.50 G. POSTURALE

## PALAZOLA G. VENTURI ( ZOLA PREDOSA)

**LUNEDÌ - GIOVEDÌ**  
9.00 - 9.50 G. DOLCE  
10.00 - 10.50 G. DOLCE  
11.00 - 11.50 PILATES OVER\*  
(\* giovedì sede a San Tomaso)

## PALESTRA SAN TOMASO ( ZOLA PREDOSA)

**MARTEDÌ - GIOVEDÌ**  
9.00 - 9.50 G. DOLCE  
10.00 - 10.50 G. POSTURALE  
11.00 - 11.50 G. MUSICA E MOVIMENTO  
11.00-11.50 POSTURALE ( SALETTA)



### TARIFE QUADRIMESTRALI

| MONOSETTIMANALE<br>UNDER 69 | BISETTIMANALE UNDER<br>69 | MONOSETTIMANALE<br>OVER 69 | BISETTIMANALE OVER<br>69 |
|-----------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|
| 125                         | 150 euro                  | 90 euro                    | 125 euro                 |

\*Per poter accedere ai corsi o effettuare una prova, sarà necessario il pagamento della tessera associativa 2023/2024 di 15 euro. ( valida fino al 31 agosto 2024)

\*È necessario inoltre essere in possesso del certificato medico di base all'atto dell'iscrizione

\* Per informazioni sui corsi: [palestra@gsriale.it](mailto:palestra@gsriale.it) oppure 3391861071

