

ORARIO CORSI DI GINNASTICA



LUNEDI

09:00 – 10:00 GINNASTICA MEDICA
10:10 – 11:10 GINNASTICA MEDICA
11:20 – 12:20 ATTIVITA' FISICA ALTA DISABILITA' (AFA ICTUS)
13:15 – 14:15 GINNASTICA FUNZIONALE
14:30 - 15:30 GINNASTICA MEDICA
15:30 - 16:30 GINNASTICA MEDICA
16:40 – 17:30 ATTIVITA' FISICA BASSA DISABILITA' (AFA)
17:40 – 18:40 GINNASTICA MEDICA

MARTEDI

11:20 – 12:20 ATTIVITA' FISICA ALTA DISABILITA' (AFA PARKINSON)
13:15 – 14:15 GINNASTICA FUNZIONALE
16:00 – 16:50 ATTIVITA' FISICA BASSA DISABILITA' (AFA)
17:20 – 18:20 GINNASTICA MEDICA
18.30 – 19:30 GINNASTICA POSTURALE (elementi di Pilates)

MERCOLEDI

10:20 – 11:10 ATTIVITA' FISICA BASSA DISABILITA' (AFA)
11:20 – 12:20 ATTIVITA' FISICA ALTA DISABILITA' (AFA ICTUS)
13:15 – 14:15 GINNASTICA FUNZIONALE
14:30 - 15:30 GINNASTICA MEDICA
15:30 - 16:30 GINNASTICA MEDICA
16:40 – 17:30 ATTIVITA' FISICA BASSA DISABILITA' (AFA)
17:40 – 18:40 GINNASTICA MEDICA

GIOVEDI

09:00 – 10:00 GINNASTICA MEDICA
10:10 – 11:10 GINNASTICA MEDICA
13:15 – 14:15 GINNASTICA FUNZIONALE
16:00 – 16:50 ATTIVITA' FISICA BASSA DISABILITA' (AFA)
17:20 – 18:20 GINNASTICA MEDICA
18.30 – 19:30 GINNASTICA POSTURALE (elementi di Pilates)

VENERDI

10:20 – 11:10 ATTIVITA' FISICA BASSA DISABILITA' (AFA)
11:20 – 12:20 ATTIVITA' FISICA ALTA DISABILITA' (AFA PARKINSON)

orario corsi