Ginnastica vertebrale in acqua

Adatto ad ogni fascia d'età, la ginnastica vertebrale è un valido alleato anche per chi soffre di dolori reumatici, problemi relativi alla postura o alla colonna vertebrale. Immergersi in acqua significa entrare in un nuovo mondo, che rende tutto più possibile. L'acqua, infatti, aiuta a sciogliere i muscoli contratti e a dargli più tonicità, rendendo più facili i movimenti.

Inizio lezioni: 17/09/2026

ORARI

LUNEDÌ E GIOVEDÌ	10.15/11.00
MARTEDÌ E VENERDÌ	09.15/10.00

ABBONAMENTO

2 MESI

1 VOLTA ALLA SETTIMANA	**95,00€**
2 VOLTE ALLA SETTIMANA	**165,00€**

LEZIONE DI PROVA (in base alla disponibilità di posti)	**18,00€**
ISCRIZIONE ANNUA	**35,00€**

Al momento dell'iscrizione è richiesto il **CERTIFICATO DI IDONEITÀ ALLA PRATICA DI ATTIVITÀ SPORTIVA DI TIPO NON AGONISTICO.**

INFORMAZIONI UTILI → P. 56