

# CLINICAL PILATES

Validità: da Settembre 2017 a Luglio 2018.



*Presso il nostro Centro la possibilità di partecipare a gruppi di lavoro di max 7-8 persone costantemente seguite da una Dottoressa in Fisioterapia. I corsi sono particolarmente indicati per persone con problematiche legate alla colonna (cervicalgia, scoliosi, lombalgie), tensioni muscolari di vario genere o alterazioni posturali. Le lezioni, coadiuvate dall'utilizzo di piccoli attrezzi, proprio per tali motivi, sono attentamente strutturate con esercizi atti ad alleviare e prevenire dolori in specifiche zone del corpo con esercizi di rinforzo muscolare, di stretching e mobilizzazione articolare.*

*L'iscrizione, con scadenza mensile o trimestrale, va fatta presso la nostra Segreteria.*

*Il Pagamento deve essere effettuato all'atto dell'iscrizione.*

**CORSO MENSILE (5 LEZIONI): 55,00 Euro**

**CORSO TRIMESTRALE (16 LEZIONI DI CUI 2 GRATUITE): 140,00 Euro**

Le lezioni della durata di un'ora, si svolgono con frequenza settimanale, nei seguenti giorni ed orari:  
Recuperi previsti: esclusivamente per l'abbonamento trimestrale (15 lezioni),  
due recuperi entro il mese successivo.

**LUNEDI':** H 13,30 - 14.30 // Il Corso è tenuto dal Dottor Luca Bernier

**MARTEDI':** H 19,15 - 20.15 // Il Corso è tenuto dalla D.ssa Isabella Corradi

**MERCOLEDI':** H 18,00 - 19.00 // Il Corso è tenuto dal Dottor Luca Bernier

H 19,10 - 20.10 // Il Corso è tenuto dalla D.ssa Isabella Corradi

**VENERDI':** H 18,45 - 19.45 // Il Corso è tenuto dalla D.ssa Isabella Corradi

**Sono necessari telo, abbigliamento comodo e calze antiscivolo**

**PER ULTERIORI INFORMAZIONI, POTRETE RIVOLGERVI DIRETTAMENTE AL TERAPISTA  
ISTRUTTORE**