



Centro Sportivo TUBEROSE

Via Giò Ponti, 1 Milano - Tel. 02 41 52 169

www.gestioneimpianti.org – e-mail cs.tuberose@gestioneimpianti.org

CORSI per ADULTI MATTINA

ANNO SPORTIVO 2026/2027

dal 21 settembre al 04 giugno

GINNASTICA DOLCE

LUNEDI' e VENERDI'	09.30 – 10.30, 10.30 – 11.30, 11.30 – 12.30
MARTEDI', MERCOLEDI', GIOVEDI'	09.30 – 10.30, 10.30 – 11.30
LUNEDI', MERCOLEDI'	15.00 – 16.00
VENERDI'	15.30 – 16.30

Quote di frequenza annuale: €.**180** una volta alla settimana
€.**325** due volte alla settimana
€.**380** tre volte alla settimana
€.**450** libera frequenza



RECUPERO FUNZIONALE

MERCOLEDI' 11.30 – 12.30

Quota di frequenza n°5 lezioni: €.**160** (lezioni individuali)



A tutte le quote vanno aggiunti €.**20** per iscrizione.

I corsi seguono il calendario esposto presso il Centro Sportivo
e vengono organizzati con un minimo di 5 iscritti.

Orario segreteria: dal lunedì al venerdì dalle 15.00 alle 19.00

E' obbligatorio consegnare all'inizio dei corsi un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica. E' possibile prenotare una visita medico-sportiva specialistica con elettrocardiogramma a €. 50, da effettuare su prenotazione presso il centro sportivo a cura del Centro di Medicina Sportiva Fi.Me.S. con noi convenzionato.