

PALESTRA CORSI

un mese omaggio

UISP
aps
sportpertutti

Comitato di Bologna

10° ANNO
di Pillole di Movimento

CARDIOFITNESS E SCI DI FONDO

un mese omaggio

una sessione di gruppo
con trainer di vasca

ESPERIENZA ACQUATICA

una prova
di apnea

PUNTOBLU
PISCINE
SOGESE

un mese
omaggio

NUOTO CORSI E ACQUAGYM

Pillole di Movimento

è un progetto rivolto alle persone sedentarie

POSSONO USUFRUIRE DELLA GRATUITÀ SOLO LE PERSONE
MAGGIORENNI, IN POSSESSO DI CERTIFICATO MEDICO, CHE NON
RISULTINO GIÀ ISCRITTE DA SETTEMBRE 2019 NELLE PALESTRE O
PISCINE IN CUI INTENDONO UTILIZZARE QUESTO COUPON.

OCCORRE

CONTATTARE LE SEGRETERIE DELLE POLISPORTIVE, DELLE PALESTRE E
DELLE PISCINE PER CONOSCERE I TERMINI DELLA PROMOZIONE,
LE ATTIVITÀ E GLI ORARI DISPONIBILI.

LA PROMOZIONE È VALIDA FINO AD ESAURIMENTO DEI POSTI
CHE OGNI SOCIETÀ HA MESSO A DISPOSIZIONE.

L'ATTIVITÀ GRATUITA DEL MESE IN OMAGGIO
TERMINERÀ PER TUTTI IL 31 MARZO 2020



zero fumo e zero alcool



porzioni di frutta o verdura al giorno



ora al giorno di attività fisica

secondo OMS: gli adulti dovrebbero muoversi
per almeno 150 minuti a settimana e i giovani
60 minuti al giorno

Datti una mossa!

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

Cardiofitness e sci di fondo

COMUNE DI BOLOGNA

QUARTIERE BORGO PANIGALE - RENO
PALESTRA GQ
tel.389.83.91.122

QUARTIERE NAVILE
SEMPRE AVANTI - DLF
tel.051.357613

QUARTIERE PORTO - SARAGOZZA
SEMPRE AVANTI - STADIO
tel.051.09.33.634
ACQUADÉLA POL. - STADIO
tel. 051.43.56.10

QUARTIERE SAN DONATO - SAN VITALE
ORIZZONTE BENESSERE
tel.339.82.88.340

POL.GIOVANNI MASI
Tel. 051.571352
CASALECCHIO DI RENO

RECORD TEAM OZZANO
tel.051.79.61.35
OZZANO DELL'EMILIA

PALESTRA SPORT 2000
tel.051.46.70.68
S.LAZZARO DI SAVENA

Sci di fondo

ACQUADÉLA POL. - STADIO
tel.051.43.56.10

Palestra corsi

COMUNE DI BOLOGNA

QUARTIERE BORGO PANIGALE - RENO

PALESTRA GQ e Palestre UISP
tel.389.83.91.122

SHOTOKAN CLUB
Tel. 335.67.65.957

QUARTIERE NAVILE
ATC e Palestre UISP
tel.339.71.79.584

POL.LAME - tel.051.63.45.717
SEMPRE AVANTI - DLF
tel.051.357613

QUARTIERE PORTO - SARAGOZZA
UISP - Palestre tel.389.83.91.122
SEMPRE AVANTI - STADIO
tel.051.09.33.634

ACQUADELA POL. - STADIO
tel.051.43.56.10

QUARTIERE SAVENA E SANTO STEFANO

PALESTRA FOSSOLO UISP e Palestre UISP
tel.351.85.52.165

QUARTIERE SAN DONATO - SAN VITALE

ORIZZONTE BENESSERE e Palestre UISP
tel.339.82.88.340

U.P. CALDERARA

tel.051.72.36.93 - CALDERARA

POL.GIOVANNI MASI

tel. 051.571352

CASALECCHIO DI RENO

POL.PROGRESSO

tel.051.71.20.46 - CASTELMAGGIORE

POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

tel.334.61.92.526 - VALSAMOGGIA

MONTEVEGLIO

RECORD TEAM OZZANO

tel.051.79.61.35 - OZZANO DELL'EMILIA

POL.SPORT 2000

tel.051.77.48.53 - PIANORO

UISP SAN PIETRO IN CASALE

tel.347.98.98.123

S.PIETRO IN CASALE

PALESTRA GREEN ENERGY SPORT2000

tel.380.37.74.897

S.LAZZARO DI SAVENA

U.P. PERSICETANA tel.051.82.36.37

SAN GIOVANNI IN PERSICETO

G.S. RIALE

tel.051.75.24.55 - ZOLA PREDOSA

POL.ZOLA

tel.051.75.91.76 - ZOLA PREDOSA

UNIONE SPORTIVA ZOLA PREDOSA

tel.051.75.91.76 - 051.75.24.55

ZOLA PREDOSA

Nuoto corsi e acquagym

COMUNE DI BOLOGNA

NUOTO UISP ARCOVEGGIO
tel. 051.37.79.91
nuoto.arcoveggio@uispbologna.it

NUOTO UISP CAVINA
tel. 324.87.05.565
nuoto.cavina@uispbologna.it

NUOTO UISP STADIO
tel. 328.87.10.621
nuoto.stadio@uispbologna.it

COMUNE DI CASALECCHIO DI RENO

POL. GIOVANNI MASI
tel.051.57.13.52
polmasi@polmasi.it

COMUNE DI OZZANO DELL'EMILIA

RECORD TEAM OZZANO
tel.051.79.61.35
info@acquaefitness.it

COMUNE DI PIANORO

POL. SPORT 2000
tel.051.77.48.53
segreteria@sportduemila.com

COMUNE DI S.GIOVANNI in PERSICETO

U.P. PERSICETANA
tel.051.82.36.37
upp@imolanet.com

COMUNE DI S.LAZZARO DI SAVENA

POL. SPORT 2000
tel.051.46.70.68
info@sportduemila.com

COMUNE DI ZOLA PREDOSA

ACQUASPORT ZOLA
tel.335.81.55.407
nuoto.zolapredosa@uispbologna.it

G.S. RIALE
tel.051.75.24.55
info@gsriale.it

Apnea e nuoto con trainer di vasca

COMUNE DI BOLOGNA

CAVINA tel. 051.40.43.12
piscinacavina@sogese.com

VANDELLI tel.051.37.51.30
piscinavandelli@sogese.com

STADIO tel. 051.61.52.520
piscinastadio@sogese.com

COMUNE DI CASTEL SAN PIETRO

COMUNALE tel. 051.94.49.75
piscinacastello@sogese.com

COMUNE DI OZZANO DELL'EMILIA

COMUNALE tel.051.79.61.35
piscinaozzano@sogese.com

COMUNE DI PIANORO

PAOLO GORI tel.051.77.64.17
piscinapianoro@sogese.com

COMUNE DI S.LAZZARO DI SAVENA

KENNEDY tel.051.46.70.68
piscinakennedy@sogese.com

COMUNE DI S. GIOVANNI IN PERS.

PISCINE IDROPOLIS tel. 051.82.70.80
piscinasangiovanni@sogese.com

COMUNE DI SASSO MARCONI

COMUNALE tel.051.84.17.60
piscinasassomarconi@sogese.com

COMUNE DI ZOLA PREDOSA

COMUNALE tel.051.616.68.34
piscinapalazola@sogese.com

Una sessione di gruppo con Trainer di vasca prenota nella piscina da te scelta

Prova di Apnea prenota al 3456346720 SMS o whatsapp info@subacqueabologna.it

LloydsFarmacia
vivi la salute

ACQUADÉLA Pol.- STADIO
www.acquadela.it - info@acquadela.it

ACQUASPORTZOLA
www.uispbologna.it
nuoto.zolapredosa@uispbologna.it

G.S. RIALE
www.gsriale.it - info@gsriale.it

POL. ZOLA
www.polisportivazola.it - polisportivazola@alice.it

UNIONE SPORTIVA ZOLA PREDOSA
www.uszolapredosa.it - polisportivazola@alice.it

PALESTRA GQ
www.uispbologna.it - palestragg@uispbologna.it

PALESTRA ORIZZONTE BENESSERE
www.uispbologna.it - palestra.ob@uispbologna.it

PISCINE SO.GE.SE
www.sogese.com - info@sogese.com

POL. GIOVANNI MASI
www.polmasi.it - polmasi@polmasi.it

UISP
sportpertutti

Comitato di Bologna
www.uispbologna.it
ginnastica@uispbologna.it



federfarmabologna
associazione provinciale delle farmacie

POL. MONTEVEGLIO
www.polisportivamonteveglgio.com
polisportiva.monteveglgio@gmail.com

POL. LAME
www.polisportivalame.bologna.it
contattaci@polisportivalame.bologna.it

POL. PROGRESSO
www.polisportiva.progresso.it - info@polisportivaprogresso.it

POL. RECORD TEAM OZZANO
www.acquaefitness.it - info@acquaefitness.it

POL. SPORT 2000
www.sportduemila.com - info@sportduemila.com

SHOTOKAN CLUB
www.shotokanclub.it - info@shotokanclub.it

SEMPRE AVANTI!
www.sempreavanti.it - info@sempreavanti.it

U.P. CALDERARA
www.upcalderara.com - info@upcalderara.com

U.P. PERSICETANA
www.polisportivapersicetana.it - upp@imolanet.com

Presenta il coupon in segreteria

Presenta il coupon in segreteria

Presenta il coupon in segreteria

Presenta il coupon in segreteria