

PANCAFIT INDIVIDUALE



Tempo a disposizione 30'

► Recupero lezioni perse

► Panca a noleggio
al costo di € 6

solo iscritti al corso o persone che conoscono
il metodo Raggi Pancafìt

► Sedute private
presso Spazio Salute
Farmacia 1
(Via Manzoni, 33 Saronno)

Il tuo benessere inizia da qui!

01 IDROKINESI

Incontri di gruppo o personal.
Prenotazione obbligatoria.
Gruppi: martedì e giovedì 10.45.
Incontri Personal su prenotazione.
Presso Piscina di Saronno

02 PILATES

Lezioni di pilates in acqua al
lunedì ore 11.15 e giovedì ore 10.
Oppure al martedì e venerdì ore
19.30. **Presso la Piscina di
Saronno.**

Terrestre **presso il Palaexbo**, il
martedì e venerdì ore 18

03 TECAR TERAPIA

Trattamenti su misura per te!
Richiedi appuntamento
presso la nostra struttura, o
in Farmacia Comunale 1
della Saronno Servizi Spa
Tel.02-9603396



PANCAFIT GROUP



PALAEBO SSD SARONNO



A cosa serve?

- ▶ Tensione e dolori muscolari
- ▶ Aumento della flessibilità
- ▶ Miglioramento della postura
- ▶ Liberazione del diaframma
- ▶ Recupero da attività sportive intense

Benefici

- ▶ Maggiore equilibrio
- ▶ Migliora l'ossigenazione
- ▶ Recupero dei gesti perduti
- ▶ Sensazione di benessere

Giorni e Orari

- ▶ Martedì - 18:00-19:00 e 19:00-20:00
- ▶ Mercoledì - 11:00-12:00 e 12:15-13:15
- ▶ Venerdì - 11:00-12:00 e 12:15-13:15

Scarica o richiedi il questionario.

Tariffe

1° TRIMESTRE	Prezzo
dal 10/02/26 al 28/03/26 - 7 lez.	140 €
2° TRIMESTRE	Prezzo
dal 30/03/26 al 13/06/26 - 10 lez.	200 €

Assicurazione obbligatoria € 15



Contatti

PALAELEXBO
Via Piave, 1 - Saronno (VA)-21047
Tel. 02.25061292
palaexbo@saronno-ssd.it
PISCINA
Via C. Miola 5 - Saronno (VA)-21047
Tel. 02.25548010
piscina@saronno-ssd.it