



Casa di Cura  
CITTA' DI PARMA

Presidio di Riabilitazione – Palestra

## ORARI APERTURA OTTOBRE – MAGGIO 2019

info 0521-249608 negli orari sotto indicati

*Resp. Dott.ssa Silvia Strata*

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
09,00-09,50	09,00-09,50		09,00-09,50	09,00-09,50
09,50-10,40	09,50-10,40		09,50-10,40	09,50-10,40
	10,40-11,30			10,40-11,30
13,40-14,30		13,40-14,30		
14,30-15,20	14,30-15,20	14,30-15,20		14,30-15,20
15,20-16,10	15,20-16,10	15,20-16,10		15,20-16,10
	16,10-17,00			16,10-17,00
	<b><i>Pausa!</i></b>			<b><i>Pausa!</i></b>
<i>Ore 17-19: Riabilitazione pre e post operatoria anca e ginocchio: verifica periodica del piano di lavoro</i>	17,10-18,00			17,10-18,00
	18,00-18,50			18,00-18,50
	18,50-19,40			18,50-19,40

*I corsi saranno attivati SOLO al raggiungimento del numero minimo di 6 partecipanti*

Al fine di permettere il controllo della postura e l'autocorrezione, il rispetto delle altre persone presenti e del personale, è richiesto di presentarsi in palestra:

- ✓ puntuali a inizio lezione (né prima né dopo!)
- ✓ indossando una sola maglietta ADERENTE (o costume intero per le ragazze). No capi con cappuccio!!
- ✓ indossando calze PULITE (**non utilizzare quelle indossate ma cambiarle in spogliatoio**)
- ✓ indossando una tuta o calzoncini (no calzoni, jeans, gonnelline, ecc)
- ✓ con i capelli raccolti in modo da lasciare libere le spalle ed il viso
- ✓ con un asciugamano

Si chiede gentilmente di rinnovare l'iscrizione (mensile o trimestrale) **PRIMA della scadenza** della precedente.

Si consiglia ai genitori dei ragazzi di consultarsi brevemente con il personale **almeno una volta al mese**

**La Palestra effettuerà i seguenti giorni di chiusura nell'annualità 2019 - 2020:**

***Venerdì 1 Novembre 2019***

***da Lunedì 23 Dicembre 2019 a Lunedì 6 Gennaio 2020 compresi***

***da Giovedì 9 Aprile a Mercoledì 15 Aprile 2020 compresi***

***Venerdì 1 Maggio 2020***

***Lunedì 1 e Martedì 2 giugno 2020***

***Agosto 2020***

***Si prega di leggere attentamente il **REGOLAMENTO E MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE*****

***per sapere come e quando recuperare eventuali assenze***

***In ogni caso, **NON E' POSSIBILE** recuperare le lezioni non svolte per motivi personali***

***oltre il periodo di validità dello stesso (mensile o trimestrale)***