

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 Pancafit

► 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



PALAEXBO 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**
- ▶ **Mercoledì - 11:00-12:00**
- ▶ **Venerdì - 10:11:00**

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

PALAEXBO
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