

# IDROKINESI SSD

**MOVIMENTO MIRATO  
PER TERAPIE E BENESSERE**



**IDROKINESI  
GROUP**



**IDROKINESI  
PERSONAL**

**CONTATTACI**



02-25.54.80.10



piscina@saronno-ssd.it

**PACCHETTI COSTRUITI CON TE E PER TE**

Via C. Miola, 5 - 21047 Saronno (VA)

## QUANDO FARLA?

- pre /post interventi chirurgici o dopo traumi
- dolori cronici, artrosi , reumatismi o rigidità
- Per migliorare la circolazione, respirazione e metabolismo
- per il benessere, postura e prevenzione.

## I VANTAGGI

- Movimenti in assenza di dolore
- Sforzo sensibilmente ridotto
- Recupero veloce della mobilità
- Riduzione del sovraccarico funzionale

## GIORNI E ORARI

### lezioni da 45'

#### PERSONAL

martedì e giovedì  
dalle 9.00 alle 17.00

#### GRUPPI

##### **mattina**

martedì e giovedì 10.45

##### **pomeriggio.**

giovedì 17:15

## TARIFFE

(a lezione, iscrizioni bimestrali)

#### PERSONAL

€ 60

#### pacchetti da 5 o da 10

€ 275 - € 500

#### IDRO GROUP -10 lezioni

€ 25 a lez.

## PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Scarica il questionario dal sito e consegnalo compilato via mail o direttamente presso la nostra reception

[www.piscinadisaronno.it](http://www.piscinadisaronno.it)