

Programmazione Palestre 2023\24

A BERGAMO

PALESTRA DELLA SCUOLA SVIZZERA, Via Bossi, 44 - Bergamo

Orario: Martedì e Giovedì da h 18:00 a h 20:00; due corsi di ginnastica di mantenimento.

Istruttore del C.U.S. Dalmine

Responsabile palestra: Francesco Neri

Attrezzature: ogni utente porta il proprio materassino; altri attrezzi sono forniti da Cuore B.

PALASCHERMA, Largo Giovanni Fabre, 1 - Bergamo

Orario: Martedì e Giovedì da h 16:00 a h 18:00; un corso di ginnastica vertebrale ed uno di ginnastica di mantenimento.

Istruttore del C.U.S. Dalmine

Responsabile palestra: Dino Salvi

Attrezzature: ogni utente porta il proprio materassino; altri attrezzi sono forniti da Cuore B.

A MOZZO

PALESTRA di Via Verdi - Mozzo

Orario: Martedì da h 15:00 a h 16:00 e Venerdì da h 15,30 a h 16,30; un corso di ginnastica di mantenimento.

Istruttore del C.U.S. Dalmine

Responsabile palestra: Tironi Severino

Attrezzature: sono custoditi in palestra sia i materassini personali sia alcuni piccoli attrezzi (pesi, elastici, palle....)