

PALESTRA CORSI

un mese omaggio



 **UISP**
aps
sportpertutti

Comitato di Ferrara

DANZE

un mese omaggio



FERRARA

un mese omaggio

ATTIVITÀ IN ACQUA



un mese omaggio

ATTIVITÀ ALL'APERTO



REGOLAMENTO

Possono usufruire della gratuità solo le persone maggiorenni, in possesso di certificato medico, che non risultino già iscritte da settembre 2021 nelle palestre, piscine o ASD/SSD in cui intendono utilizzare questo coupon.

OCCORRE

contattare le segreterie delle polisportive, delle palestre, delle piscine e dei comitati UISP per conoscere i termini della promozione, le attività e gli orari disponibili.

La promozione è valida fino ad esaurimento dei posti che ogni società ha messo a disposizione.

**L'ATTIVITÀ GRATUITA
TERMINERÀ PER TUTTI
IL 31 MARZO 2022**



per info

PillolediMovimento

è una campagna di contrasto alla sedentarietà e di promozione della cultura del movimento per il benessere e la salute.

Il progetto, promosso da **UISP Aps** in collaborazione con **32 comitati Uisp provinciali**, è attivo in oltre **220 Comuni** e Aree metropolitane, e conta sull'adesione di **370 tra ASD e SSD** (Associazioni e Società sportive dilettantistiche).

Le **480.000** scatole che contengono coupon gratuiti (pillole di movimento), permetteranno di scegliere tra una rosa di oltre **1.200 attività** sportive e motorie promosse in tutta Italia e riportate nel seguente bugiardino.



progetto realizzato con il contributo del

**Dipartimento
per lo sport**

DANZE

COMUNE DI FERRARA

UISP COMITATO DI FERRARA

PLESSO SPORTIVO CHIESA DI SAN MARTINO

Balli di gruppo

tel.329.85.55.774

COMUNE DI PIEVE DI CENTO

UISP COMITATO DI FERRARA

Balli di gruppo

tel.329.85.55.774

ATTIVITÀ ALL'APERTO

COMUNE DI FERRARA

A.S.D. DORO

Camminata sportiva

tel.0532.55.535 - 331.50.66.954

SKATEPARK LE MURA A.S.D.

Corsi di Skateboard, Propedeutica motoria e propriocettiva per l'apprendimento guidato allo Skateboarding edica

tel.328.41.42.329

COMUNE DI PIEVE DI CENTO

UISP COMITATO DI FERRARA

Fitwalking

tel.329.85.55.774

COMUNE DI FERRARA, ARGENTA, COMACCHIO, CODIGORO, COPPARO, CENTO, VIGARANO MAINARDA, POGGIO RENATICO, OCCHIOBELLO, CHIOGGIA, RAVENNA, MARINA DI RAVENNA

ATLETICA CORRIFERRARA A.S.D.

Runner's School Italia

tel.393.24.43.531

SALA CORSI

COMUNE DI FERRARA

UISP COMITATO DI FERRARA

CENTRO RIVANA GARDEN

Ginnastica dolce

FRANCOLINO

Ginnastica di mantenimento, Stretching, Pilates e Ginnastica dolce

IPPODROMO

Ginnastica dolce e Mantenimento

PALESTRA BIORITMO

Ginnastica dolce

PLESSO SPORTIVO DI CHIESA DI SAN MARTINO

Fitness soft

POROTTO

Ginnastica dolce

VIA MEDINI

Ginnastica dolce

tel.329.85.55.774

A.S.D. DORO

Ginn. dolce tecniche di Pilates e Yoga, ginn. aerobica con tecniche Totalbody

tel.0532.55.535 - 331.50.66.954

POLISPORTIVA O. PUTINATI A.S.D.

Ginnastica Dolce per la Terza Età, Ginn. Medica, Pilates e Yoga

tel.0532.76.04.07

UASTAMASTA A.S.D.

Bacrama - Uguale od Opposto

tel.349.71.32.477

COMUNE DI CENTO

UISP COMITATO DI FERRARA

Fitness soft - tel.329.85.55.774

COMUNE DI COPPARO e fraz.Tamara

UISP COMITATO DI FERRARA

Posturale - tel.329.85.55.774

COMUNE DI PIEVE DI CENTO

UISP COMITATO DI FERRARA

Fitness soft, Stretching, Pilates

tel.329.85.55.774

COMUNE DI SANT'AGOSTINO

UISP COMITATO DI FERRARA

Ginnastica dolce - tel.329.85.55.774

ATTIVITÀ IN ACQUA

COMUNE DI FERRARA

NUOVA SPORTIVA S.S.D. A.R.L

PISCINA BEETHOVEN

Nuoto libero, ginnastica dolce per gestanti, età oro e silver gym

tel. 0532.90.08.86

A.S.D. DORO

Acqua fitness e ginnastica adattata in acqua

tel.0532.55.535 - 331.50.66.954



FEDERFARMA FERRARA

Associazione Titolari di Farmacia - Provincia di Ferrara

UISP
sportpertutti

Comitato di Ferrara

COMITATO UISP FERRARA

www.uisp.it/ferrara

areaprogettazione@uispfe.it

ATLETICA CORRIFERRARA A.S.D.

info@runnerschoolitalia.com

POLISPORTIVA O. PUTINATI A.S.D.

jazzstudance@yahoo.it

A.S.D. DORO

www.poldoro.mooplan.it - poldoro@poldoro.it

NUOVA SPORTIVA S.S.D. A.R.L

www.nuovasportiva.it - piscinabeethoven@gmail.com

SKATEPARK LE MURA A.S.D.

skateparklemura@gmail.com

UASTAMASTA A.S.D.

www.ugualeodoppo.it - mattiamica@gmail.com



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale di Ferrara

LloydsFarmacia