

FIRENZE SPORTS CLUB



**PALESTRE ALL'APERTO:
ALLENAMENTI GRATUITI,
LIBERI, PER TUTTE E TUTTI**

Dal 9 giugno al 19 settembre in parchi e giardini di Firenze,
senza prenotazione, mattina e pomeriggio.
Scopri di più su sport.comune.fi.it

Q1

Piazza D'Azeglio

Lun e mer: 9-10 / 10-11
Tai chi chuan - Qi gong

**Giardino Maragliano
(San Jacopino)**

Mar e gio: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce
Lun e mer: 18-19 / 19-20
Fondamentali del pugilato
Circuiti tecnici

Q2

Giardino del Mezzetta

Lun e mer: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce
Lun e mer: 18-19 / 19-20
Functional Training

Giardino Villa Favard

Mar e gio: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce
Mar e gio: 18-19 / 19-20
Functional Training

Q3

**Pista pattinaggio
viale Tanini**

Lun e mer: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce

**Giardino di piazza Felice Bacci
(Ponte a Ema)**

Mar e gio: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce

**Area attrezzata
viale Tanini**

Lun e mer: 18-19 / 19-20
Circuit Training

**Pista pattinaggio
piazza Elia dalla Costa**

Mar e gio: 18-19 / 19-20
Elementi base Tai chi chuan Qi gong

Q4

Il Boschetto

Lun e mer: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce

Villa Vogel

Mar e gio: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce

Giardino di San Bartolo

Mar e gio: 18-19 / 19-20
Circuit Training

Q5

Giardini Baden Powell

Lun e mer: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce

Piazza Primo Maggio

Mar e gio: 9-10 / 10-11
Stretching ginnastica dolce

Giardino Lippi

Lun e mer: 18-19 / 19-20
Functional Training

Piazza Medaglie d'Oro

Mar e gio: 18-19 / 19-20
Fondamentali del pugilato
Circuiti tecnici

