

CORSI DI ATTIVITÀ FISICA ADATTATA (AFA) A PELAGO



DAL 9 GIUGNO 2026
10 LEZIONI



MARTEDÌ
15:30 - 16:30



LUNEDÌ
14:30 - 16:30



VENERDÌ
8:30 - 9:30



MERCOLEDÌ
14:30 - 16:30



**PALESTRA
DELLA SCUOLA
PRIMARIA
"G. DE MAJO"**
VIA VITTORIO
EMANUELE N. 24
PELAGO



**PALAZZETTO
DELLO SPORT**
VIA DINO
PIERACCIONI N. 13
SAN FRANCESCO

L'**Attività Fisica Adattata (AFA)** è un programma di movimento rivolto in particolare alla **popolazione adulta e anziana**, pensato per contrastare la sedentarietà e migliorare benessere, equilibrio, mobilità e qualità della vita attraverso **esercizi semplici svolti in gruppo** e guidati da **personale qualificato**.

1

PRIMA DEL CORSO: VALUTAZIONE OBBLIGATORIA

Per partecipare ai corsi AFA è necessario richiedere una valutazione gratuita del fisioterapista del territorio

COME ACCEDERE

- Telefonare al numero unico aziendale **055 54 54 54 tasto 2** dal Lunedì al Venerdì 07.45-18.30 ed il Sabato e prefestivi 07.45-12.30;
- o rivolgersi alle Farmacie aderenti con servizio di prenotazione CUP;
- o recarsi ai Presidi sanitari dove sono presenti i punti CUP.

Lascia i tuoi dati e **sarai richiamato dal Fisioterapista del tuo territorio** per una valutazione gratuita necessaria alla partecipazione ai corsi AFA.

Conserva sempre una copia della valutazione rilasciata.

2

DOPO LA VALUTAZIONE

Per iscriversi al corso AFA di Pelago contattare **Lisa Vieri** (UISP Comitato Territoriale Firenze) al numero **3493932917** tramite **SMS** o messaggio **WhatsApp**