

**SOCIETÀ' DELLA SALUTE DI FIRENZE
ATTIVITÀ' FISICA ADATTATA (AFA) (***)**

Palinsesto Corsi AFA

Aggiornamento Gennaio 2026

Legenda: rif. DGRT 903/2017

A. AFA A

per soggetti con autonomia funzionale conservata

A. AFA FIBROMIALGIA

**per soggetti con autonomia funzionale conservata con
diagnosi di fibromialgia**

B. AFA B prevenzione cadute

**per soggetti con autonomia funzionale conservata ma a
rischio di caduta**

C. AFA C – AFA C Parkinson

**per soggetti con ridotta competenza funzionale
(compreso esiti di disabilità stabilizzate)**

In fase di attivazione

In rosso

In fase di definizione

CORSI ON-LINE

Erogatore	Giorni	Orari	Tipo corso
CSI Tel. 055707569 (L-Me-G 9.30-12.30 e 14.30-17.00) Cell. 3452557917 (per messaggi WhatsApp) firenze.segreteria@csi-net.it	L-G	19,00-19,45	AFA FIBROMIALGIA
UISP Tel.3515663915 - 0556583506 anziani@uispfirenze.it	Ma-V	19,00-19,45	AFA FIBROMIALGIA

CORSI IN PRESENZA

QUARTIERE 1

Erogatore	Sede corso	Giorni	Orari	Tipo corso
La Genziana Cell. 3387122784 lagenziana.asd@gmail.com	Scuola Cairoli via della Colonna 3	L-G	17,00-17,50L 18,00-18,50 G	AFA A
MSP Cell. 335 6200313 mspfirenze@libero.it	Centro Isola di Santa Croce v. Malcontenti 12	Ma-G	9,00-10,00 9,50-10,40 10,40-11,30	AFA A
	Sede ENS Via Manzoni 13	Ma-G	10,00-11,00 17,00-18,00	AFA A
	c/o Palestra Okami Via Monteverdi 3A	L-G	9,00-10,00* 10,00-11,00*	AFA A da gennaio 2026
UISP Tel.3515663915 - 0556583506 anziani@uispfirenze.it	Centro Anziani via delle Carra (zona Porta al Prato)	Me-V	8,45-9.30 9,45-10,30 10,45-11,30 11,45-12,30	AFA A
	Sede Libertas p.zza S.M.Novella 18	L-V	10,00-10,50 11,00-11,50 12,00-12,50	AFA A <i>(palestra con</i> <i>Tatami)</i>
	Scuola Machiavelli p.zza De' Nerli 2	L-G	18,00-18,45 19,00-19,45	AFA A

QUARTIERE 2

Erogatore	Sede corso	Giorni	Orari	Tipo corso
AICS Tel. 055561172-3 info@aicsfirenze.net	Centro Anziani via Luna 16	Ma-V	10,30-11,30 11,30-12,30	AFA A
	Centro Anziani- Villa Bracci- stradone Rovezzano 33	Ma-V	9,00-10,00	AFA A
AIMS Tel. 055691033 Cell. 3665889418 aismfirenze@aism.it	via Rocca Tedalda, 273	Ma	10,45-11,45	AFA C (Solo per sclerosi multipla)
BUSEN Cell. 3334607720 (per messaggi WhatsApp) busen.firenze@gmail.com	via G.Pilati 1/R	Me-V	8,30-9,15 9,30-10,15 10,30-11,30 11,30-12,30	AFA A (palestra con Tatami)
Confraternita di Misericordia di Varlungo Tel. 0556504322 Cell. 3473792870 afavarlungo@misericordiavarlu ngo.org	via Loggetta 7	Ma-G	9,00-10,00 10,00-11,00 11,00-12,00 15,30-16,30*	AFA A

DVF Gignoro Tel.055608002 dvfgignoro@diaconiavaldese.org	via del Gignoro 40	Me-V	Me 11,00-12,00 12,00-13,00 V 9,00-10,00 13,30-14,30	AFA A
Ass. Filber (ex Gulliver) Tel. 3343551363	Palestra Cocchi via Cocchi 17	Ma-V	16,00-17,00	AFA A
Misericordia di Campo di Marte Tel. 0550163036	viale Paoli 3/5/7	Me-V	8,30-9,30 9,30-10,30 10,30-11,30	AFA A
MSP Cell. 335 6200313 mspfirenze@libero.it	c/o Accademia del Tao via Mannelli 103	Ma-V	10,00-11,00	AFA A
SANCAT Cell. 3738545651 - 3450225734 sofia.pierguidi@gmail.com	via del Mezzetta 1/A	Ma-G	9,00-9,50 9,50-10,40	AFA A
SPAZIO 99 Cell. 3482379195 spazio99firenze@gmail.com	viale de Amicis 99/A	L-G	9,00-9,50 9,50-10,40	AFA A
		Ma-G	9,00-9,50 9,50-10,40	AFA A
		Me-V	9,00-9,50 9,50-10,40	AFA A
		Ma-G	15,00-15,50 15,50-16,40	AFA FIBROMIALGIA
		L-G	10,40-11,30 11,30-12,20	AFA C Parkinson
		Ma-V	10,40-11,30 11,30-12,20	
STILNUOVO Tel. 055573683 Cell. 3939410448 filippo.gordini@stilnuovo.org	viale dei Mille 41/A rosso	Ma-G	11,00-12,00	AFA A
UISP Tel. 3515663915 - 0556583506 anziani@uispfirenze.it	C.A. Luna via Luna 16 (zona P.za Beccaria)	L-G	8,30-9,15 9,30-10,15 10,30-11,15 11,30-12,15	AFA A
		Me-S	8,30-9,15 9,30-10,15 10,30-11,15	AFA A
	C.A. Parterre via del Ponte Rosso 2	Me-V	8,30-9,30 9,30-10,30 10,30-11,15 11,30-12,15	AFA A
	Circolo Andreoni, via D'orso 8	L-G	8,30-9,30 9,30-10,30 10,30-11,30 11,30-12,15	AFA A
				AFA B
		Ma-V	10,30-11,30 11,30-12,30	AFA A
	c/o Palestra Shinsei v.le Malta 3/A	Ma-V	9,00-10,00	AFA A
	Piscina Costolina	L	11,00-11,45 11,45- 12,30	AFA A in acqua

	v.le Malta 4	Ma	10,15-11,00 11,00-11,45 11,45-12,30	AFA A in acqua
		Me	10,15-11,00 11,00-11,45 11,45-12,30	AFA A in acqua
		G	11,00-11,45 11,45- 12,30	AFA A in acqua
		V	10,15-11,00 11,00-11,45 11,45-12,30	AFA A in acqua
	C.P. Bellariva, l.no Moro 12 (giardini Bellariva)	Ma-V	10,15-11,00 11,15-12,00	AFA A
	Liceo Gramsci via del Mezzetta 7	Ma-V	16,00-17,00 17,00-18,00	AFA A

QUARTIERE 3

Erogatore	Sede corso	Giorni	Orari	Tipo corso
CSEN Tel. 3929245717 paolacsen@gmail.com	viale Europa 95	Ma-G	9,00-10,00	AFA A
UISP Tel.3515663915 - 0556583506 anziani@uispfirenze.it	Centro Gav via Gran Bretagna 48	L-G	8,30-9,15 8,45-9,30 9,30-10,15 9,45-10,30 10,45-11,30 11,45-12,30	AFA A
		L-Me	14,00-14,45 15,00-15,45	AFA A
		Ma-V	8,45-9,30 9,45-10,30 10,30-11,15 10,45-11,30 11,45-12,30	AFA A
		L-G	10,30-11,15	AFA B
		L-G	11,30-12,15	AFA C
		Ma-V	9,00-9,45 10,00-10,45 11,00-11,45	AFA B
		Me-S	8,45-9,30 9,45-10,30	AFA A
	C.A. Il Lido, via Orsini 44	Ma-V	8,45-9,30 9,45-10,30 10,45-11,30	AFA A
	Scuola Botticelli, via Gran Bretagna 58	Ma-V	16,00-16,45 17,00-17,45	AFA A
	Ex Papini, Galluzzo, via	L-G	14,30-15,15 15,30-16,15	AFA A

	Senese 206			
	Centro Sportivo Galluzzo via Biagini/P.za Don Puliti	L-G	8,45-9,30 9,45-10,30 10,45-11,30 11,45-12,30	AFA A
	CdP Galluzzo via San F.d'Assisi 1 angolo V.Senese	Ma-V	8,30-9,30 9,30-10,15 10,30-11,15 11,30-12,30	AFA A
	SMS Ponte a Ema, via Chiantigiana 177	Ma-V	9,00-9,45 10,00-10,45	AFA A
	Circolo Ricreativo Mutuo Soccorso Nave a Rovezzano, via di Villamagna 111	Ma-G	9,30-10,15 10,30-11,15	AFA A

QUARTIERE 4

Erogatore	Sede corso	Giorni	Orari	Tipo corso
ARMONIE Cell. 328 0463775 armonie@email.it	via di Ugnano 69	L-Me	9,00-10,00	AFA A
		Ma-G	10,00-11,00	AFA A
		Ma-G	15,15-16,15	AFA A
		L-Me	9,00-9,45	AFA FIBROMIALGIA
ESSERE Cell. 3209677700 info@essereinmovimento.it	Palestra Montagnola via da Montorsoli 1/C	L-G	9,00-10,00 10,00-11,00	AFA A
		Ma-V	9,00-10,00 10,00-11,00	AFA A
	Palestra Ex Barsantini, Via Assisi 20	Ma-V	9,00-10,00	AFA A
	Palestra Family-Fitness, via Sernesi 73	L-G	9,00-10,00 10,00-11,00 11,00-12,00	AFA A
		Ma-V	9,00-10,00 10,00-11,00 11,00-12,00	AFA A
GRUPPO UNITA'SPINALE Cell. 3457692805 palestravialunga@gmail.com	via Lunga 126	L-Me	9,00-9,50 10,00-10,50	AFA A
		L-Me	15,00-16,00	
		L-G	12,00-13,00	AFA B
		L-G	16,00-17,00	
		L-G	15,00-16,00	AFA C
		L-V	17,00-17,50	AFA FIBROMIALGIA
		Me-V	16,00-16,50	AFA FIBROMIALGIA
		Ma-Gi	9,00 – 9,50 10,00-10,50	AFA A
		Me	11,00-12,00	AFA A
		Ve	9,00 – 9,50 10,00 – 10,50	AFA A
		Ma-G	11,00-12,00	AFA B

		Me-Ve	12,00-13,00	AFA B
MSP Cell. 335 6200313 mspfirenze@libero.it	c/o Centro Shakti, via Schiavo 5	Ma-G	9,00-10,00	AFA A
Ist. WUSHU Tel. 0557399214 Cell. 329 4260002 (per chiamate e messaggi WhatsApp) info@wushufirenze.com	via Agostino di Duccio 17	Ma-V	9,00-10,00* 10,00-11,00 11,00-12,00	AFA A
PALESTRA GOOD! Tel.: 0557326137 info@palestragood.com	via San Quirico 35/R	L-Me	10,30-11,30 11,30-12,30	AFA A
		Ma-G	10,30-11,30	
SPORT & INCLUSIONE- uniti per un sogno Tel: 055785594 Cell 3409845863 isolotto@gmail.com	Palestra Borsieri via de Bassi 5	Ma-V	11,00-12,00	AFA C Parkinson
		Ma-V	10,00-11,00	AFA A
UISP Tel.3515663915 - 0556583506 anziani@uispfirenze.it	Stazione di Confine, via Attavante 5	L-G	9,15-10,00 10,15-11,00 11,15-12,00	AFA A
	C.A. Vivere in Libertà, viuzzo delle Case Nuove	L-G	15,30-16,15	AFA C
	Circolo CdP San Bartolo a Cintoia, via Madonna d.Pagano	Ma-V	9,00-9,45 10,00-10,45	AFA A
		L-G	18,30-19,15	AFA FIBROMIALGIA
	Circolo La Concordia, via del Ronco Lungo 9/a	Ma-V	9,00-10,00 10,00-11,00	AFA A
	Scuola Pier della Francesca via Bugiardini 23	L-G	17,00-17,45	AFA A
	CA Baracche Verdi , via delle Mimose 8	Me-V	9,00-10,00 10,00-11,00 11,00-12,00	AFA A
	C.A. Gasometro via Anconella 3	L-G	8,30-9,15 9,25-10,10 10,20-11,05 11,15-12,00	AFA A

QUARTIERE 5

Erogatore	Sede corso	Giorni	Orari	Tipo corso
B)SIDE Tel. 0553424725	Palestra e Piscina, via Piemonte 36	Ma-G	9,30-10,30 10,30-11,30	AFA A
		Me-V	8,45-9,30	AFA A in acqua

silvia.casini@bsidesporting.it Richiedono certificato				
		Ma-V	10,15-11,00	AFA A in acqua
ESSERE Cell. 3209677700 info@essereinmovimento.it	Palestra “Cadorna”, via del Pontormo 90	L-G	9,00-10,00 10,00-11,00	AFA A
	Palestra “Don Minzoni”, via Reginaldo Giuliani 180	L-G	16,30-17,30 17,30-18,30	AFA A
FRATELLANZA POPOLARE Tel. 055311311	via di Peretola 68	L-G	11,00-12,00 L 10,00-11,00 G	AFA A
HEALTHFARM (Stilnuovo) Cell. 3939410448 filippo.gordini@stilnuovo.org	via Gordigiani 20m/viale Corsica 3r	L-V	L 11,00-12,00 V 11,15-12,15	AFA A
MSP Cell. 335 6200313 mspfirenze@libero.it	c/o Casa della Cultura via Forlanini 164 (Zona Novoli)	L-Me	10,20-11,10	AFA A
			9,20-10,10 11,20-12,10	AFA B
		Ma-V	9,30-10,20	AFA A
	c/o Centro Danza Coppelia via Pietro Cironi 11/A R	L-Me	9,30-10,15	AFA A
	C.A. Brozzi p.zza 1 Maggio 33	Me-V	9,00-9,50	AFA A
	c/o Arte Danza via G. di Vittorio 5/29	L-Me	9,00-10,00*	AFA A
	Circolo Rigacci, via Baracca 56	L-G	15,10-16,00	AFA A
		Me-V	9,30-10,20 10,20-11,10	AFA B AFA C
PLAY OFF Tel. 055301294 info@playoff-firenze.it	via de'Cattani 172	Me-V	8,30-9,30	AFA A
PALESTRA MEETING Tel. 055486016 gianni.brusche@gmail.com	via del Romito 44	Ma-G	10,00-11,00	AFA B
			10,00-11,00	AFA FIBROMIALGIA
			11,00-12,00	AFA A
SCHERMA RAGGETTI Tel. 055410976 (orario 17:30- 19:30) segreteria@raggetti.it	via Corelli 19	Ma-G	9,00-10,00 10,00-11,00 11,00-12,00*	AFA A
UISP Tel.3515663915 - 0556583506 anziani@uispfirenze.it	c/o Poggetto via Mercati 24/B	L-G	8,30-9,15 9,20-10,05 10,10-10,55	AFA A
		Ma-V	9,00-10,00 10,00-11,00 11,00-12,00	AFA A
	Circolo Le Panche v.Caccini 13b	Ma-V	8,30-9,15 9,30 –10,15 10,30-11,15	AFA A

	(zona Careggi)			
	Pala Valenti via Alderotti 26 (zona Careggi)	L-G <i>(L piccola)</i>	8,30-9,15 9,30-10,15 10,30-11,15 11,30-12,15	AFA A
		Ma-V <i>(Ve matt. Palestra piccola)</i> <i>(Ma-Ve pom piccola)</i>	11,30-12,15 15,15-16,05	AFA A
	c/o Circolo Renny via Baracca 1	L-G	9,00-9,45 10,00-10,45 11,00-11,45	AFA A
	Circolo Tre Pietre v.Carlo del Greco 7 (zona Rifredi)	L-V	9,00-9,45 10,00-10,45 11,00-11,45*	AFA A
	Scuola Balducci Cavalla, via Pistoiese angolo v.zzo Cavalla	L-G	18.00-18.45	AFA A
	Circolo Lippi via Fanfani 16	Me-V	9,00-9,45 10,00-10,45 11,00-11,45*	AFA A
	Circolo Il Progresso, via V. Emanuele 135	Ma-V	9,30-10,30 10,30-11,30	AFA A
	Centro Età Libera Peretola v.zzo delle Calvane 13	L-G	8,30-9,30 9,30-10,30 10,30-11,30 11,30-12,30	AFA A