

# Chi siamo

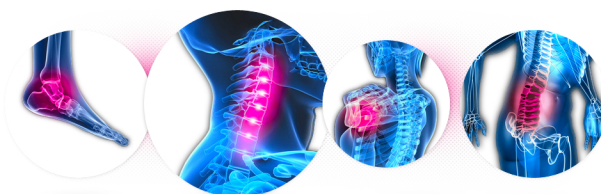
“Nasciamo” con il nome La Pineta nell’ottobre del 1996 da un progetto portato avanti da ex atleti di diverse discipline sportive che si fanno promotori di costituire l’omonima associazione sportiva. Dopo i primi anni di attività l’Associazione si è specializzata anche nella promozione, divulgazione e pratica del fitness e del wellness per tutti quegli utenti che vivono le pratiche sportive con lo scopo di star bene. In quest’ottica nel 2014 l’organizzazione, procedendo con il rinnovodei locali e l’adeguamento alle norme vigenti in materia, ha intrapreso l’attività di centro di Fisiokinesiterapia, ottenendo le prescritte autorizzazioni Regionali e Comunali. Al fine di garantire ai nostri utenti un servizio sempre migliore, nel 2019 ci trasferiamo nel nuovo e modernissimo centro, in una struttura di mq 1600 con ampio parcheggio tutta su un piano e priva di barriere architettoniche: nasce così Five Zone Fitness Center. La nostra nuova struttura è dotata di 5 palestre una riservata alla fisioterapia e le altre quattro al fitness e pesistica. In più abbiamo una zona dedicata alla riabilitazione e fitness in acqua. La nuova struttura è rispettosa dell’ambiente stando in classe energetica A e della sicurezza con classe d’uso III sulla base delle norme tecniche per le costruzioni di cui al DM 14/01/2008, nonostante, per la tipologia di attività, avremmo potuto stare in classe II.

**Oggi FIVE ZONE FITNESS CENTER è un moderno centro fitness e un centro di fisioterapia riabilitativa**

FIVE ZONE FITNESS CENTER SSD mediante l’impiego di personale opportunamente formato e specializzato, fornisce percorsi mirati e personalizzati.

# Servizi

Consulto fisioterapico  
Visita fisioterapica  
Rinforzo muscolare pre-intervento  
Riabilitazione articolare  
Pompage  
Riabilitazione posturale di gruppo e individuale  
Massoterapia distrettuale, linfodrenaggio  
Massoterapia decontratturante  
Massaggio sportivo  
Massaggio rilassante  
Bendaggio funzionale  
Terapia antinfiammatoria localizzata  
Trattamento curativo  
Trattamenti estetici  
Trattamenti estetici localizzati  
Core Stability Program  
Trattamento osteopatico



Per info specifiche:  
[info@fivezonefit.com](mailto:info@fivezonefit.com)

# Orari di apertura

Il centro  
FIVE ZONE FITNESS CENTER SSD  
è aperto nei seguenti orari:

**Lunedì - Venerdì: 9:00 - 21:50**

**Sabato: 14:00 - 18:30**

Le visite e i consulti vengono fissati su appuntamento rivolgendosi alla segreteria del centro. I percorsi riabilitativi individuali vengono concordati caso per caso nel corso della prima visita.

