

Sede corso di Formazione PPM LA SPEZIA
A.S.D. POSTURAL PILATES
 Palazzo San Giorgio - Via dei Colli n. 11/13
 19121 LA SPEZIA

COME ARRIVARE IN AUTO

Autostrada da Genova - Parma - Firenze - Pisa.

Uscire a La Spezia, e girare a destra: **A15** in direzione di: E31 - A15 - La Spezia - Santo Stefano Magra. Continuare su: **A15** in direzione di: La Spezia

Entrare in La Spezia

Continuare su: **Via Giosuè Carducci**



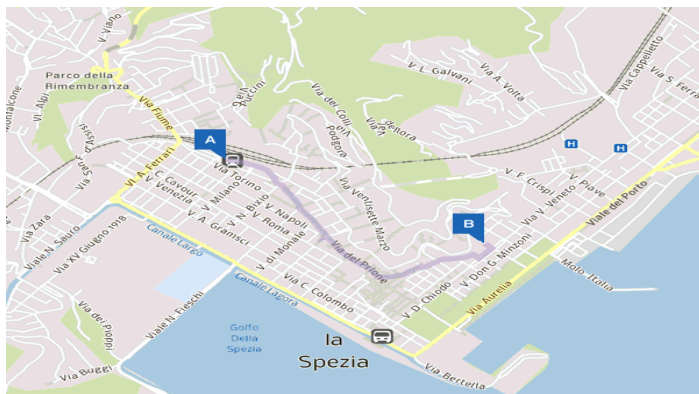
Girare a sinistra : **Viale Italia** e continuare fino al distributore Esso (che si trova sulla destra al vostro senso di marcia)- superare il semaforo



Girare a destra : **Via Pietro Micca** e proseguire fino a **Piazza Verdi**

Andare avanti e attraversare Piazza Verdi, imboccare davanti a voi **Via dei Colli**

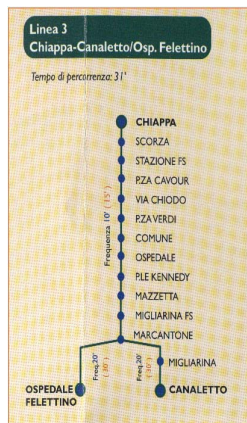
Percorrere 50/70 metri e sulla vostra sinistra troverete lo Studio Postural Pilates al civico n. 11.



COME ARRIVARE A PIEDI

Da Piazzale della Stazione a Via dei Colli n. 11, La Spezia
Durata 17 minuti - Km. 1,51

1. **Partenza A:** continua in **Piazzale della Stazione**
2. Continua in **Via Pietro Paleocapa**
3. Alla rotonda prendi verso **Via Fiume**
4. Continua in **Via Fiume/Piazza Giuseppe Garibaldi**
5. Gira a sinistra **Via Giovanni Storza**
6. Continua in **Piazza Sant'Agostino/Via Sant'Agostino**
7. Gira a sinistra **Via del Torretto**
8. Gira a destra **Via Massimo d'Azeglio**
9. Gira a sinistra **Piazza Giuseppe Verdi**
10. Gira a sinistra **Via dei Colli**
11. **Arrivo B: Studio Postural Pilates**



COME ARRIVARE IN AUTOBUS

Dalla Stazione Centrale scendere le scale, recatevi alla fermata in Via Fiume e prendere uno dei seguenti autobus.

Linea 3: direzione Filettino.

Linea L/S: direzione Lerici/Sarzana.

Linea C: direzione Ceparana.

Tempo di arrivo 12 minuti circa (7/8 fermate).

Scendere alla fermata Piazza Verdi, attraversare la strada in direzione del Palazzo delle Poste, tenere la destra percorrendo circa 30 metri in direzione del Liceo Classico Costa, girare a sinistra in Via dei Colli, proseguire per 50 metri e sulla vostra sinistra troverete lo Studio Postural Pilates al civico n. 11.

Per il pernottamento:

Di seguito il link con la localizzazione di B&B e Hotel a La Spezia.

BED & BREAKFAST LA SPEZIA CENTRO

http://www.bed-and-breakfast.it/citta_zona.cfm?citta=la%20spezia&zona=Centro&IDregione=8

B&B vicino a STAZIONE FF.SS. LA SPEZIA

http://www.bed-and-breakfast.it/bed_and_breakfast_stazione_la_spezia.cfm

WW.Booking.com Prenotazioni Alberghiere on-line

<http://www.booking.com/city/it/la-spezia.it.html?aid=303945;label=la-spezia>