


AREA THE BOX

 375-5855413

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
13:15/14:15	Cross Training	-	Cross Training	-	Cross Training	-
17:30/18:30	-	Calisthenics	-	Calisthenics	-	-
18:00/19:00	Cross Training					-
18:30/19:30		Calisthenics	-	Calisthenics	Calisthenics	-
19:00/20:00	Calisthenics	-	Cross Training	-	-	-

AREA FITNESS

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
8:30/9:30			A.F.A.		A.F.A.	
9:30/10:30			Ginnastica Dolce		Ginnastica Dolce	
10:00/11:00		Posturale		Posturale		
12:45/14:15		P.O.S.T				
13:00/14:00		-	Posturale			
13:15/14:15					Yoga	
17:30/18:00	Addominal					
18:00/19:00	Pump	Fit Boxe	Pilates	Total Body	Pilates	
19:00/20:00	G.A.G	Yoga	G.A.G	Fit Boxe	G.A.G	

AREA COMBAT ZONE

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
17:00/18:00		Qwan ki Do	Boxe U.12		Qwan Ki Do	-
19:30/21:00		MMA		MMA	Qwan Ki Do	-
20:00/21:30	Capoeira	Qwan Ki Do				-

SERVIZI AGGIUNTIVI

PERSONALE TRAINER

EROGATORE ACQUA 1 ANNO €30

DOCUMENTI NECESSARI e Norme Base

Certificato per attività non agonistica
 Quota associativa
 Scarpe dedicate
 Asciugamano



FASCE ORARIE

FASCIA A INGRESSO ENTRO LE 11:30 O DOPO LE 20:00	FASCIA B INGRESSO TRA LE 14:00 E LE 16:30	FASCIA C INGRESSO TRA LE 11:30 E LE 13:30	FASCIA D INGRESSO TRA LE 07:00 E LE 14:30	FASCIA E INGRESSO TRA LE 14:00 E LE 20:00	FASCIA O INGRESSO TRA LE 07:00 E LE 21:00	

ABBONAMENTI INGRESSI

FASCIA	A B	C	D E	O
10	80,00€	85,00€	90,00€	95,00€

FASCE ABBONAMENTI ALL INCLUSIVE

SALA & CORSI

FASCIA	A B	C	D E	O
MENSILE	50,00€	60,00€	65,00€	70,00€
TRIMESTRALE	140,00€	160,00€	180,00€	190,00€
SEMESTRALE	250,00€	270,00€	280,00€	310,00€
ANNUALE (12 MESI)	370,00€	400,00€	435,00€	470,00€

ABBONAMENTO SPECIAL Area Attrezzi

AREA ATTREZZI & CARDIO OPEN - ANNUALE*

	Price
Dalle 07:00 alle 11:30	350,00€
Dalle 11:30 alle 15:00	380,00€
Dalle 15:00 alle 19:30	400,00€
Dalle 19:30 alle 21:30	350,00€
Open 7:00 – 21:30	430,00€

ABBONAMENTI PER BAMBINI - FINO A 10 ANNI

FOR KIDS

	Una volta a settimana	Due volte a settimana
MENSILE	40,00€	50,00€
TRIMESTRALE	90,00€	120,00€
SEMESTRALE	160,00€	210,00€
ANNUALE (12 MESI)	-	340,00€

*Iscrizione CONI / Assicurazione €40,00

* 12 mesi reali con possibilità di sospendere l'abbonamento

N.B. i corsi con meno di 2 partecipanti non verranno

