

PER I SOLI CORSI LIBERI*:

CARNET 10 INGRESSI :

INGRESSO SINGOLO PALESTRA:

PER TUTTI GLI ABBONAMENTI PALESTRA E CORSI FITNESS
E' NECESSARIA LA QUOTA ISCRIZIONE:

PER TUTTI I CORSI FITNESS :

INGRESSO SINGOLO

ABBONAMENTI PALESTRA MYCLUB

OPEN SPECIAL BASIC (7:00 - 14:00)

Include: Sala attrezzi
e il Week End in tutti gli orari.

4 MESI	12 MESI
9 MESI	15 MESI

AFTER EIGHT BASIC (20:00 - 22:00)

Include: Sala attrezzi
e il Week End in tutti gli orari.

	12 MESI
9 MESI	15 MESI

BREAK BASIC (14:00 - 17:00)

Include: Sala attrezzi
dal Lunedì al Sabato nella propria fascia oraria.

	12 MESI
9 MESI	15 MESI

OPEN BASIC (7:00 - 22:00)

Include: Sala attrezzi

4 MESI	12 MESI
9 MESI	15 MESI

ABB. ALL INCLUSIVE

OPEN (7:00 - 22:00)

Include: Sala attrezzi, Corsi fitness (*), Nuoto libero.
12 MESI & 15 MESI include accesso lido estivo.

1 MESE	4 MESI	9 MESI
12 MESI		15 MESI

OPEN SPECIAL (7:00 - 17:00)

Include: Sala attrezzi, Corsi fitness (*), Nuoto libero.
12 MESI & 15 MESI include accesso lido estivo.

4 MESI	12 MESI
9 MESI	15 MESI

CORSI FITNESS

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
POSTURALE SOFT * 9.30 - 10.15	POSTURALE SOFT * 9.30 - 10.15	PILATES 9.30 - 10.15	POSTURALE SOFT * 9.30 - 10.15	PILATES 9.30 - 10.15	PILATES 9.30 - 10.15
	FUNCTIONAL SENIOR * 10.15 - 10.45	PILATES 10.15 - 11.00	POSTURALE SOFT * 10.15 - 11.00		FUNCTIONAL TRAINING * 10.30 - 11.15
FUNCTIONAL TRAINING * 18.30 - 19.15	GAG * 18.30 - 19.15	BALANCE * 18.30 - 19.00	FUNCTIONAL TRAINING * 18.30 - 19.15	FIT BOXE * 18.30 - 19.15	
	OMNIA * 19.30 - 20.15	OMNIA * 19.30 - 20.15	OMNIA * 19.30 - 20.15	OMNIA * 19.30 - 20.15	
YOGA 19.30 - 20.30	FIT BOXE * 19.15 - 20.00	PILATES 19.00 - 19.45	YOGA 19.30 - 20.30	PILATES 19.15 - 20.00	
DIFESA PERSONALE F.* 20.30 - 22.00		PILATES 19.45 - 20.30			

(*) CORSI LIBERI compresi negli ALL INCLUSIVE o acquistabili a parte con abb. TUTTO FITNESS

PILATES (45 min)

PRIMO PERIODO	monosettimanale	bisettimanale
SECONDO PERIODO	monosettimanale	bisettimanale
ANNUALE	monosettimanale	bisettimanale

YOGA (60 min)

PRIMO PERIODO	monosettimanale	bisettimanale
SECONDO PERIODO	monosettimanale	bisettimanale
ANNUALE	monosettimanale	bisettimanale

TUTTO FITNESS (un corso a scelta tra quelli liberi)

PRIMO PERIODO	monosettimanale	bisettimanale
SECONDO PERIODO	monosettimanale	bisettimanale
ANNUALE	monosettimanale	bisettimanale

