

PALESTRA Sala isotonica e fitness

Lunedì 5 settembre 2022 – 31 luglio 2023

I familiari dei Soci potranno usufruire di un abbonamento (mensile, trimestrale, semestrale, annuale) per l'utilizzo della sala pesi e dei corsi sotto indicati, dal lunedì al sabato, dalle ore 7,00 alle ore 12,00 e dalle ore 16,00 alle ore 22,00.

I soci potranno accedere gratuitamente alla sala pesi e ai corsi sotto indicati.

Dalle ore 12.00 alle ore 16.00 la sala pesi sarà riservata esclusivamente ai Soci. I familiari dei soci iscritti alla palestra non potranno frequentare altri corsi sportivi all'interno del Circolo, eccetto quelli compresi nell'abbonamento palestra.

| | GIORNI FREQUENZA | ORARIO | INSEGNANTE | LUOGO |
|---|-------------------------|-------------|--------------------|-----------------|
| SALA PESI | DAL LUNEDI AL SABATO | 07.00-22.00 | | SALA ISOTONICA |
| PILATES | LUNEDI E GIOVEDI | 14.00-15.00 | DANIELA BERNARDINI | SALA FITNESS |
| PRE- PUGILISTICA | MARTEDI E GIOVEDI | 19.00-20.00 | PAOLO MALFATTI | SALA FITNESS |
| SPINNING | MERCOLEDI E VENERDI | 17.00-18.00 | PAOLO MALFATTI | SALA ISOTONICA |
| ATLETICA | GIOVEDI | 08.15-09.15 | PAOLO MALFATTI | SALA ISOTONICA |
| ALLENAMENTI CALCETTO (riservati ai Soci) | GIOVEDI | 20.00-21.00 | PAOLO MALFATTI | CAMPO CALCIO A5 |

COSTI ABBONAMENTI

- *MENSILE EURO 90,00
- *TRIMESTRALE EURO 230,00
- *SEMESTRALE EURO 410,00
- *ANNUALE (11 mesi)EURO 710,00

L'assistenza nella sala isotonica sarà curata da Mauro Acerra nei seguenti giorni ed orari:

- Lunedì – Venerdì 13,00 - 15,00 / 18,30 – 20,00
- Sabato 10,00 – 12,00

Mauro Acerra qualora non presente in sala pesi, sarà reperibile al galleggiante.

Recapito 339 2769403