

Corsi fitness 2011 - 2012



Fitness

Cardiofitness *Pilates*
Ginnastica posturale
Ginnastica soft *Total gym*

QUOTE (MENSILI)

FREQUENZA LIBERA NEI CORSI F (FITNESS) E P (POSTURALE)
PACCHETTO DA 10 INGRESSI FITNESS

€ 45,00

€ 60,00

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9.30-10.30	F1 TOTAL GYM		F1 TOTAL GYM		F1 TOTAL GYM
10.30-11.30	F2 GINNASTICA SOFT		F2 GINNASTICA SOFT		F2 GINNASTICA SOFT
11.45-12.30	P1 GINN. POSTURALE		P1 GINN. POSTURALE		P1 GINN. POSTURALE
13.00-13.45	F3 TOTAL GYM		F3 TOTAL GYM		F3 TOTAL GYM
13.45-14.30	F4 TOTAL GYM		F4 TOTAL GYM		F4 TOTAL GYM
14.30-15.30	F5 TOTAL GYM		F5 TOTAL GYM		F5 TOTAL GYM
20.00-20.45	F6 PREPARAZIONE FISICA	F7 PREPARAZIONE FISICA	F6 PREPARAZIONE FISICA	F7 PREPARAZIONE FISICA	F6 PREPARAZIONE FISICA

Le quote di frequenza vanno regolarizzate bimestralmente entro la prima lezione di ogni periodo:
SETT/OTT - NOV/DIC - GEN/FEB - MAR/APR - MAG/GIU - LUG. Eventuali versamenti mensili vengono maggiorati di euro 5,00

ORARIO DI SEGRETERIA: LUN/MER/VEN 9.30/13.30 - 15.00/20.30 - MAR/GIO 15.00/20.30