Walking Program®

Attività completa che abbina la camminata con esercizi mirati alla tonificazione di spalle e braccia grazie all'ausilio di piccoli pesi di circa 1 Kg.

Inizio lezioni: 01/09/2026 – Fine lezioni: 30/06/2027

ORARI

LUNEDÌ	18.15 / 19.15 - 19.15 / 20.15
MARTEDÌ	13.00/14.00 - 18.30/19.30
MERCOLEDÌ	17.30/18.30 - 18.45/19.45
GIOVEDÌ	13.00/14.00 - 18.30/19.30 - 19.30/20.30
VENERDÌ	17.40 / 18.40

ABBONAMENTO

STAGIONALE* (su base mensile 55,00€)	**550,00€**
5 MESI (su base mensile 60,00€)	**300,00€**
1 MESE	**70,00€**
1 MESE (1 volta alla settimana)	**40,00€**
1 INGRESSO	**18,00€**

*dal 01/09/2026 al 30/06/2027
È possibile scegliere fino a un massimo di 5 lezioni settimanali, da prenotare presso la segreteria.

ISCRIZIONE ANNUA **35,00€**

-15% SCONTO **OVER 60**

-15% SCONTO **STUDENTI** DAI 16 AI 25 ANNI

-10% SCONTO **FAMIGLIA** (da 3 familiari iscritti, con abbonamento attivo)

Al momento dell'iscrizione è richiesto il **CERTIFICATO DI IDONEITÀ ALLA PRATICA DI ATTIVITÀ SPORTIVA DI TIPO NON AGONISTICO.**

Aggiungi al tuo abbonamento (con frequenza minima di due volte alla settimana o di fascia open) 25,00€ in più al mese per ogni **SETTORE AGGIUNTIVO** tra quelli proposti: sala fitness, nuoto libero, Walking Program®, Indoor Cycling, thermarium.

INFORMAZIONI UTILI → P. 54

Indoor Cycling

Bici stazionarie evolutissime, allenamento, percorsi che simulano salite e pianure, e musica, ma non solo. Noi ci mettiamo qualcosa di più! Sentirsi parte di un Gruppo, scoprire quanto grande può essere una Passione, con la professionalità e la metodologia dei nostri Coach. Vieni a provare un mondo nuovo fatto di divertimento, schemi allenanti e la libertà di metterti alla prova.

Inizio lezioni: 14/09/2026 – Fine lezioni: 30/06/2027

ORARI

LUNEDÌ	13.00/14.00 - 18.30/19.30 - 19.30/20.30
MERCOLEDÌ	13.00/14.00 - 19.00/20.00 - 20.00/21.00
VENERDÌ	18.30/19.30

ABBONAMENTO

STAGIONALE* (su base mensile 55,00€)	**522,50€**
5 MESI (su base mensile 60,00€)	**300,00€**
1 MESE	**70,00€**
1 MESE (1 volta alla settimana)	**40,00€**
1 INGRESSO	**18,00€**

*dal 14/09/2026 al 30/06/2027
È possibile scegliere fino a un massimo di 5 lezioni settimanali, da prenotare presso la segreteria.

ISCRIZIONE ANNUA **35,00€**

-15% SCONTO **OVER 60**

-15% SCONTO **STUDENTI** DAI 16 AI 25 ANNI

-10% SCONTO **FAMIGLIA** (da 3 familiari iscritti, con abbonamento attivo)

Al momento dell'iscrizione è richiesto il **CERTIFICATO DI IDONEITÀ ALLA PRATICA DI ATTIVITÀ SPORTIVA DI TIPO NON AGONISTICO.**

Aggiungi al tuo abbonamento (con frequenza minima di due volte alla settimana o di fascia open) 25,00€ in più al mese per ogni **SETTORE AGGIUNTIVO** tra quelli proposti: sala fitness, nuoto libero, Walking Program®, Indoor Cycling, thermarium.

INFORMAZIONI UTILI → P. 54