

CORSI FITNESS & SCUOLA TENNIS 2026-2027



Orari Palestra: Lun-Ven 7:30 - 20:30 | Festivi e Weekend 7:30 - 20:00

L'ACCESSO ALLA PALESTRA IMPLICA L'ACCETTAZIONE ED IL RISPETTO DEL REGOLAMENTO

Orari	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
10:00 - 11:00		TOTAL BODY (Mattia) (P)			TOTAL BODY (Mattia) (P)
11:30 - 12:30	FITNESS DONNE (Giulio) [T]				POSTURALE (Luca) [T]
12:30 - 13:30		RIEDUCAZIONE FUNZ. (Luca) [T]			
13:00 - 14:00		CAMMINATA METAB. (Valeria) [T]	PILATES (Giorgia) [T]		PREPARAZIONE TENNIS (Alex) [T]
13:30 - 14:30				FITNESS UOMINI (Luca) [T]	
14:00 - 15:00			PILATES (Giorgia) [T]		
15:00 - 18:30	S.A.T. (Scuola Tennis)	S.A.T. (Scuola Tennis)	S.A.T. (Scuola Tennis)	S.A.T. (Scuola Tennis)	S.A.T. (Scuola Tennis)
19:00 - 20:00	TOTAL BODY (Mattia) (P)		DIFESA PERSONALE [P]	TOTAL BODY (Mattia) (P)	

📞 CONTATTI ISTRUTTORI • Luca: 340 9419062 • Mattia: 348 7743795 • Valeria: 347 8746204 • Giorgia: 338 2876069 • Alex: 349 5604579 • Michele: 348 7296926 • Giulio: 366 2416183	📅 MODALITÀ DI ISCRIZIONE 📅 [T] CORSI A TESSERA (A Scalare) • Tessera 10 lezioni (Fitness/Pilates/etc): 100 € • Tessera 10 lezioni (Camminata Metab.): 80 € • Validità tessere: 4 mesi dalla data di rilascio. 📅 (*) CORSI A PERIODO (Fissi) • 1 volta/sett. Trimestre :115,00 € • 1 volta/sett. Bimestre : 85,00 € • 2 volte/sett. Trimestre :165,00 € • 2 volte/sett. Bimestre : 120,00 €	📌 NOTE • Attivazione Corsi: Minimo 4 partecipanti. • Iscrizioni: Si effettuano solo in segreteria previa consulenza ed intesa con gli istruttori. • Recuperi: Nei corsi a periodo le lezioni perse NON si recuperano. • Difesa Personale: il corso si svolge in Sala polivalente. • Variazioni: La direzione si riserva il diritto di variare il planning per esigenze organizzative. In evidenza: Sala Grande riservata ai corsi
---	---	--