

# CONVENZIONI

## ISCRIZIONE

Tesseramento **convenzionato**> €25 **esterno**> €30 *Valida fino al 31/8/2024*

Necessario certificato medico in corso di validità  
Bracciale elettronico €10

## CARDIO FITNESS E SALA PESI

Dal lunedì al venerdì  
dalle 8:00 alle 22:00  
Sabato dalle 8:00 alle 13:00  
dalle 15:00 alle 18:00

	1 mese	3 mesi	6 mesi	12 mesi
<b>ESTERNO</b>	36€	90€	170€	295€
<b>CONVENZIONATO</b>	30€	75€	145€	252€

## FITNESS GROUP

2 allenamenti a settimana

	1 mese	3 mesi	6 mesi	12 mesi
<b>ESTERNO</b>	38€	95€	185€	240€
<b>CONVENZIONATO</b>	35€	90€	168€	220€

## FITNESS GROUP

3 allenamenti a settimana

	1 mese	3 mesi	6 mesi	12 mesi
<b>ESTERNO</b>	44€	110€	210€	240€
<b>CONVENZIONATO</b>	40€	102€	192€	220€

## KICK BOXING E PUGILATO

Iscrizione €10

	3 mesi	6 mesi	12 mesi
<b>CONVENZIONATO</b>	40€	105€	280€

## DOUBLE FIT

**COSTO VARIABILE A SECONDA DEL CORSO SCELTO**

2 attività a scelta  
(Cardio fitness + Corso  
oppure Corso + Corso)  
-50% sulla meno costosa

## POSTURALE

Orientato nello sviluppo della flessibilità del corpo e della colonna vertebrale, migliora la postura e l'equilibrio, la coordinazione, la mobilità articolare e aiuta ad allenare l'apparato vestibolare tonificando il corpo.

Costo mensile €40

## EPD

(Esercizio per la Prevenzione della Demenza)

Esercizio fisico per prevenire l'insorgere di demenza in soggetti sani e in quelli a rischio

Iscrizione €20  
Mensile €25