



NUOTO **F**ITNESS **S**ALUTE



#mi(s)fido2

ISCRIVITI / ALLENATI / VINCI!

ONLY THE BRAVE fino a 100 euro di bonus

REGALATI E VINCI

la sfida delle 8 settimane

che ti insegna una volta per tutte
AD ALLENARTI COSTANTEMENTE!





*il più
SCELTO*

79€
MESE

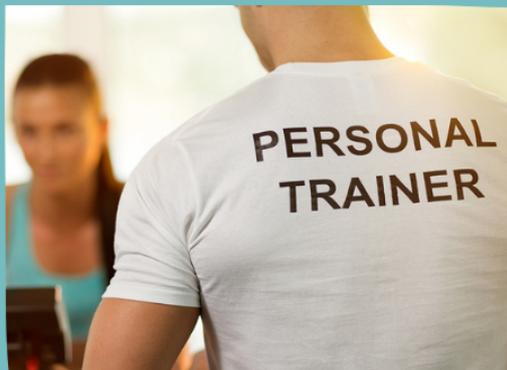
ALTO
RINNOVABILE
+ISCRIZIONE

SILVER

IL PROGRAMMA CHE TI ACCOMPAGNA E TI MOTIVA

PAGHI 10 COMPRI 12 (fino a 2 mesi gratis per l'annuale)

PROMO UNDER 30 (19/29 anni) - 100€ sconto



PIT SMART
1 SEDUTA DI 30
MINUTI AL MESE



CORSI FITNESS
FINO A 5 VOLTE
A SETTIMANA



+

**NUOTO
LIBERO**



+

**SALA
ATTREZZI**



+

TERMARIO

ATTIVITA' LIBERE
IN QUALSIASI
ORARIO

BRONZE

IL PROGRAMMA PER ALLENARTI IN AUTONOMIA

PA
49€
MESE

ALTO
RINNOVABILE
+ISCRIZIONE



SALA ATTREZZI



NUOTO LIBERO



TERMARIO

GOLD

IL MIGLIOR PROGRAMMA PER ESSERE SEGUITO PASSO PASSO





L'UNICO MODO PER NON ANNOIARSI

E' ALLENARSI CON I MIGLIORI CORSI AL MONDO

LES MILLS

LIVE E VIRTUAL

SCOPRI QUI

IL NOSTRO PALINSESTO SETTIMANALE

>>>>>



Da 8 anni siamo partner del colosso mondiale Les Mills, che ci fornisce la migliore formazione e innovazione come accade in oltre 12.000 club sparsi in tutto il pianeta!!!

CORSI NUOTO/ POSTURALE / TOTAL BODY / DANZA (...)

**BODY PUMP - BODY BALANCE - BODY ATTACK - BODY COMBAT - LM CORE
ACQUA WORK - AQUATONUS - ACQUA DYNAMIC**

LE NOVITÀ: SH'BAM - KUNG FU (THAI CHI - SHAOLIN)

NEW



NEW



SCUOLA DI SPORT

SCUOLA DI VITA PER BAMBINI E RAGAZZI

PAG

4



NUOTO **F**ITNESS **S**ALUTE

TUTTI A SCUOLA DI SPORT PERCHÉ È SCUOLA DI VITA
PER TUTTE LE ETÀ E PER CIASCUN GRADO DI APPRENDIMENTO
È UNA PASSIONE CHE SVILUPPIAMO NEL CORSO PIÙ ADATTO

INSEGNIAMO AI NOSTRI FIGLI AD AMARE LO SPORT



PROPOSTA 7/12 ANNI

CORSO NUOTO

LUN E GIOV
MART E VEN
MERC E SAB
17.30 O 18.20

KARATE

LUN E MERC
19.30
VEN
17.30

DANZA

LUN E MERC
17.30
6-8 anni
MAR E GIOV
17.30
9-12 anni

PROPOSTA 4/6 ANNI CORSO NUOTO

LUN E GIOV
15.50
MART E VEN
MERC E SAB
17.30 O 18.20
16.40 (SOLO VP)

KARATE **DANZA**
LUN E MERC MAR E VEN
18.30 16.30



NUOTO NEONATALE

MERCOLEDÌ
15.00

SABATO
11.00 O 11.30

NUOTO MASTER OVER 18

LUN-MERC-GIO
14.00 O 20.00



PROPOSTA TEEN 13/18 ANNI

CORSO NUOTO

MAR - VEN
19.10
lez. 50 min. 2 volte a settimana

DANZA

MART - GIOV
18.30

NUOTO PROMOZIONE

LUN-MERC-GIO
18.30
lez. 90 min. 2-3
volte a settimana

CORSI FITNESS E SALA ATTREZZI

KARATE

LUN-MERC
19.30
VEN
17.30

New

KUNG FU

MAR E GIO ORE 17.00

NUOTO AGONISTICO E AMATORIALE - 5/14 ANNI

TUTTI I GIORNI 3-5 ALLENAMENTI A SETTIMANA
SOLO SU SELEZIONE