



ATTIVITA' LIBERA IN PALESTRA

Negli orari di apertura al pubblico, la palestra ti mette a disposizione:

- **grandi Attrezzi:** tapis roulant, bici da spinning, leg extension, leg curl, macchine per il rinforzo di spalle, pettorali e dorsali, bicipiti e tricipiti
- **piccoli attrezzi:** manubri, softball, TRX, bacchette, elastici, mattoncini

Schede d'allenamento: la gratuità della scheda è prevista unicamente per gli abbonati

Non è richiesta quota annuale d'iscrizione per l'attività libera in palestra

Non è richiesto certificato medico

Età minima 12 anni

MODALITA' D'INGRESSO

Ingresso singolo Palestra / Ingresso singolo Palestra + Piscina / Abbonamenti a scalare da 8/15/30 ingressi Palestra (senza scadenza)

Possibilità di utilizzo degli abbonamenti a scalare piscina per l'ingresso in palestra

- Se sei abbonato, puoi telefonare al numero **3356371115** per sapere se c'è posto e prenotarti
- Avrai a disposizione un'ora per fare attività
- Sarai seguito dal nostro personale di sala che ti darà suggerimenti sugli esercizi da svolgere
- L'attività prevede circuiti a stazione che hanno tempi prestabiliti su grandi e piccoli attrezzi

ORARI ATTIVITA' LIBERA

LUNEDI'	11.30 – 17.00
MARTEDI'	11.00 – 19.00
MERCOLEDI'	11.00 – 18.00
GIOVEDI'	9.00 – 19.00
VENERDI'	11.30 – 17.00