



Orario Fitness

www.gymcentersc.com

Circolo sportivo THE FOX - Via Ettore Stampini, 36 (dietro centro commerciale Aura - Aurelio) Tel.3297862353

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
	8.00-9.00 Gabriele Funzionale		8.00-9.00 Gabriele Funzionale			
9.00-10.00 Daniele Ginnastica		9.00-10.00 Daniele Ginnastica		9.00-10.00 Daniele Ginnastica		
13.30-14.30 Daniele Cross training	13.15-14.15 Benny Pre-Aletica	13.30-14.30 Daniele Cross training	13.15-14.15 Benny Pre-Aletica	13.30-14.30 Daniele Cross training	13.30-14.30 Daniele Cross training	
17.00-18.00 Laura Total Body			17.00-18.00 Laura Total Body			
	18'00-19'00 Daniele Cross training		18'00-19'00 Daniele Cross training			
18.30-19.30 Laura Step GAG		18.30-19.30 Laura Total Body		18.30-19.30 Laura Step ABS		
	19.00-20.00 Laura HIIT Circuit		19.00-20.00 Laura HIIT Circuit			
19.30-20.30 Daniele Cross training		19.30-20.30 Daniele Cross training		19.30-20.30 Daniele Cross training		

nostri corsi si effettuano tutti in OUTDOOR e sono tenuti da personale certificato (IUSM - CONI).

In caso di pioggia i corsi si tengono sotto una tendostruttura al coperto.

Non è necessario essere in possesso del Green Pass per frequentare e per utilizzare gli spogliatoi.

Tutte le lezioni devono essere prenotate tramite app Sportclubby, previa registrazione.

Per poter accedere e frequentare è necessario essere iscritti, regolarmente tesserati ed in regola con la certificazione medica.

Formule di pagamento flessibili e personalizzate: INGRESSI - ABBONAMENTI - PACCHETTI RICARICA (payforuse)

Lezioni facili aperte a tutti	Lezioni facili base multisport	Lezioni medio-facili a circuito	Lezioni musicali aperte a tutti	Lezioni medio-facili cardio-funzionale	Lezioni a circuito cardio-funzionale	Personal Training Small Group
----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	---	---	----------------------------------