



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
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		13,30-14,30 Daniele Cross training		13,30-14,30 Daniele Cross training	13,30-14,30 Daniele Cross training	
17,00-18,00 Laura Step GAG			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		

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