

Via Sante Vincenzi, 1 Bologna
 Tel. 051 9913090; fax 051 9913533
 e-mail: palestra.ob@uispbologna.it

TARIFFE ABBONAMENTI CARDIOFITNESS

Mensile cardiofitness senza limiti	€. 48,00 inclusi i corsi fitness dalle 9.00 alle 22.00 martedì, mercoledì e venerdì dalle 7.00 alle 22.00 lunedì e giovedì dalle 9.00 alle 19.00 sabato dalle 9.00 alle 12.00 domenica
Mensile cardiofitness ridotto (con obbligo di uscita alle ore 17.00)	€. 38,00 inclusi i corsi fitness dalle 9.00 alle 17.00 martedì, mercoledì e venerdì dalle 7.00 alle 17.00 lunedì e giovedì dalle 9.00 alle 17.00 sabato dalle 9.00 alle 12.00 domenica
Mensile cardiofitness under 29 (con obbligo di uscita alle ore 17.00)	€. 28,00 inclusi i corsi fitness dalle 9.00 alle 17.00 martedì, mercoledì e venerdì dalle 7.00 alle 17.00 lunedì e giovedì dalle 9.00 alle 17.00 sabato dalle 9.00 alle 12.00 domenica
Mensile cardiofitness ridotto over 65	€. 21,00 dalle 9.00 alle 12.00 martedì, mercoledì e venerdì dalle 7.00 alle 12.00 lunedì e giovedì dalle 9.00 alle 12.00 sabato dalle 9.00 alle 12.00 domenica
Ingresso giornaliero €. 8,50	

- Sconto del 50% sui prezzi relativi alla sala cardiofitness sopra indicati per coloro che sono iscritti a un'attività olistica con frequenza monosettimanale in abbonamento bimestrale.
 - Sconto del 75% sulla sala cardiofitness per coloro che rinnovano un corso con frequenza bisettimanale in abbonamento bimestrale.
- Sconto del 20% sull'abbonamento per i portatori di handicap

CORSI FITNESS COMPRESI NELL'ABBONAMENTO CARDIOFITNESS

<u>LUNEDÌ</u>	<u>MARTEDÌ</u>	<u>MERCOLEDÌ</u>	<u>GIOVEDÌ</u>	<u>VENERDÌ</u>	<u>SABATO</u>
13.00 – 14.00 TOTAL BODY	13.00 – 14.00 TOTAL BODY WORKOUT	13.00 – 14.00 GAG	13.00 – 14.00 CORE WORK	13.00 – 14.00 TONE UP	13.00 – 14.00 ZUMBA UISP
16.00 – 17.00 ESTETICA DOLCE	14.00 – 14.30 ADDOMINALI	14.00 – 15.00 STRETCH & TONE	16.00 – 17.00 ESTETICA DOLCE	14.00 – 14.45 STRETCH	14.00 – 15.00 STEP & TONE
17.00 – 18.00 CIRCUIT TRAINING	19.00 – 20.00 ZUMBA UISP	18.00 – 19.00 INTENSIVE GLUTEUS & ABDOMINALS	17.00 – 18.00 CIRCUIT TRAINING	18.00 – 19.00 FIT BOXE	
18.00 – 19.00 FIT BOXE	20.00 – 20.50 GAG STEP	20.00 – 20.50 CHOREOSTEP	19.00 – 20.00 TOTAL BODY	20.30 – 21.30 FAT BURNING CARDIO & CORE	
20.00 – 20.50 TOTAL BODY	20.50 – 21.40 STRETCH & TONE	20.50 – 21.40 TOTAL STEP	20.00 – 20.50 ZUMBA UISP		
20.50 – 21.40 CARDIO CIRCUIT			20.50 – 21.40 CARDIO CIRCUIT		