

NON HAI UN ABBONAMENTO?

RICHIEDI LE TARIFFE ALLA RECEPTION



INGRESSI SALA PESI

Ingresso singolo

Abbonamenti disponibili: pacchetto 10 lezioni



CORSI FITNESS

Ingresso singolo

Abbonamenti disponibili: pacchetto 10 lezioni



CORSI TRX e SPINNING

Ingresso singolo

Abbonamenti disponibili: pacchetto 5-10 lezioni



CORSO TABATA'

Ingresso singolo



CORSI GINNASTICA SOFT

Ingresso singolo

Abbonamenti disponibili: pacchetto 10 lezioni



CORSI PILATES e YOGA

Lezione singola

Abbonamenti disponibili:
Mensile (Monosettimanale)
Mensile (Bisettimanale)



PISCINA ESTIVA E INVERNALE FARNESIANA

C/O Centro Sportivo Farnesiana
via G.Di.Vittorio - PIACENZA

Info: 0523.579145 - farnesiana@activasc.it

Orari Invernali Palestra

Lunedì, Venerdì - 9.00 /22.00

Sabato - 9.00 /19.00

Domenica - 9.00/13.00

Orari Invernali Nuoto Libero

Lunedì, Mercoledì, Venerdì 12.00/16.00 e 19.00/20.30

Martedì, Giovedì 12.00/16.00 e 19.00/21.00

Sabato 9.00/19.00

Domenica 9.00/13.00

PISCINA ESTIVA E INVERNALE RAFFALDA

Via Mario Casella, 4 - PIACENZA

Orari Invernali Nuoto Libero

Lunedì, Mercoledì, Venerdì e Sabato - 9.30/14.00

Martedì e Giovedì - 6.30/8.30 e 12.00/14.00

Info: 0523.713443



www.centrosportivofarnesiana.it



VALIDO DAL 17 SETTEMBRE AL 02 GIUGNO 2019
**CALENDARIO
CORSI**
STAGIONE 2018/19

SALA PESI ●
BENESSERE ●
GINNASTICA ●
FITNESS ●

TUTTI GLI ABBONAMENTI SONO DA ESAURIRSI ENTRO 04/08/19

I CORSI di TRX, SPINNING e JUMPING sono da prenotare alla reception

I corsi a prenotazioni vanno disdetti almeno due ore prima dell'inizio della lezione. Nel caso non venisse rispettata tale regola si perde il diritto di precedenza.

QUOTA d'ISCRIZIONE SU TUTTE LE FORMULE















































Tutti gli abbonamenti dei corsi sono nominali e non cedibili

CALENDARIO CORSI FITNESS 2018/19

VALIDO DAL 17 SETTEMBRE al 02 GIUGNO 2019

Per tutte le attività è **OBBLIGATORIO** il certificato medico.

Gli istruttori sono responsabili della sicurezza in sala, e hanno facoltà di allontanare chiunque violi il regolamento esposto e che con il proprio comportamento metta in pericolo se stesso e gli altri.

Orari	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato									
9.00	 TERZA ETÀ 9.00/9.50				 TERZA ETÀ 9.00/9.50										
10.00	 GINNASTICA SOFT 10.00/10.50		 PILATES 10.00/10.50		 GINNASTICA SOFT 10.00/10.50										
11.00	 TERZA ETÀ 11.00/11.50				 TERZA ETÀ 11.00/11.50										
12.00															
13.00	 TRX 12.45/13.30	 G.A.G. 13.00/13.50	 MILITARY 12.45/13.30	 TONE UP 12.45/13.30	 PILATES 13.00/13.50	 SPINNING 12.45/13.30	 TRX 13.00/13.50	 JUMPING 12.45/13.30	 TONE UP 13.00/13.50	 PILATES 13.00/13.50	 TONE UP 12.45/13.30	 SPINNING 13.00/13.50	 CIRCUIT 12.45/13.30	 TRX 13.00/13.50	 TRX 13.00/13.50
14.00						 SPINNING 14.00/ 14.50	 ZUMBA 14.30/ 15.20								
15.00		 TERZA ETÀ 15.00/15.50			 TERZA ETÀ 15.00/15.50										
18.00	 TONE UP 18.00/18.50	 TRX 18.00/18.50	 TONE UP 18.00/18.50		 JUMPING 18.00/18.50	 TRX 18.30/19.20	 JUMPING 18.00/18.50	 G.A.G. 18.10/19.00		 G.A.G. 18.30/19.20	 G.A.G. 18.00/18.50				
19.00	 TABATA 19.00/19.50	 PILATES 19.00/19.50	 JUMPING 19.00/19.50		 TABATA 19.00/19.50		 TONE UP 19.00/19.50	 PILATES 19.10/20.00		 PILATES 19.10/20.00					
20.00	 YOGA 20.30/21.20	 SPINNING 20.00/20.50		 YOGA 20.30/21.20		 SPINNING 20.00/20.50									