

ALLENAMENTO ISOTONICO E CARDIO FITNESS

Una soluzione per ciascuna esigenza...

FORMULA EASY

1 mese € 59,00 con rinnovo automatico (disdetta 10 gg prima della scadenza)

palestra e piscina dalle 7.00 alle 22.00 (sab 8.00-19.00 dom 8.00-13.00) inclusi personal training mensili

FORMULA LARGE

promo 12 mesi € 349,00

palestra dalle 7.00 alle 22.00 (sab 8.00-19.00 dom 8.00-13.00) inclusi personal training periodici

con soli 100 € aggiuntivi includi la piscina per 12 mesi

FORMULA MEDIUM

promo 12 mesi € 299,00

palestra e piscina dalle 7.00 alle 15.00 (sab 8.00-15.00 dom 8.00-13.00) inclusi personal training periodici

FORMULA SMALL

promo 12 mesi € 219,00

palestra e piscina illimitate durante il week end inclusi personal training periodici

FORMULA XSMALL

promo 12 mesi € 219,00

palestra dalle 14.00 alle 17.00 dal lunedì al venerdì inclusi personal training periodici

se, invece, vuoi conoscerci meglio prima di sottoscrivere un abbonamento, la **FORMULA START** è quello che fa per te: 20 gg a 19,00 € con palestra e piscina senza limiti di orario. Terminata la prova riscattiamo l'importo sull'abbonamento annuale a te più adatto !!

FORMULE PROMOZIONALI FITNESS

FORMULA ALL INCLUSIVE

Palestra e piscina open da lunedì a domenica, associato a 6 lezioni settimanali di fitness o acquafitness; l'adesione ai corsi va preventivamente comunicata per consentire la corretta formazioni delle classi. Nel periodo di sospensione dei corsi (festività natalizie e pasquali nonché dal 1 agosto al 30 settembre di ciascun anno) l'abbonamento manterrà la sua validità per piscina e palestra

12 mesi € 679,00

quota iscrizione annuale omaggio

CORSI NUOTO, CORSI FITNESS E CORSI ACQUAFITNESS

Sono, inoltre, attivi i CORSI NUOTO per adulti e bambini con frequenza mono o bisettimanale, CORSI DI ACQUATICITA' NEONALE (4-36 mesi), CORSI FITNESS E ACQUAFITNESS con frequenza mono, bisettimanale e trisettimanale, corsi di avviamento all'ACQUAGOL e al NUOTO SINCRONIZZATO (www.targettsportingclub.it)

Sono inoltre attivi per la stagione agonistica 2022/23 i settori di NUOTO, PALLANUOTO, NUOTO SINCRONIZZATO, NUOTO MASTER e TRIATHLON

GINNASTICA POSTURALE

Sedute mono o bisettimanali con max 6 allievi sotto la guida attenta del nostro terapista, previo consulto gratuito

MARTEDI' e VENERDI' 17.15-18.15 18.15-19.15 MERCOLEDI' 17.15-18.15

10 sedute di 60 minuti € 150,00 + 30 € iscrizione annuale

TARIFE ATTIVITA' CORSOUALE

quadrimestre monosettimanale € 219,00 stagionale monosettimanale € 329,00

quadrimestre bisettimanale € 309,00 stagionale bisettimanale € 469,00

quadrimestrale trisettimanale € 399,00 stagionale trisettimanale € 539,00

quota associativa annuale € 30,00 per le frequenze quadrimestrali – omaggio sullo stagionale

BENEFIT ABBONAMENTO STAGIONALE:

pacchetto fitness / acquafitness trisettimanale OMAGGIO 8 mesi di palestra o piscina

CALENDARIO ATTIVITA' CORSOUALE

1° quadrimestre

LUN 26/09/2022 – 23/01/2023

MAR 27/09/2022 – 24/01/2023

MER 28/09/2022 – 25/01/2023

GIO 29/09/2022 – 26/01/2023

VEN 30/09/2022 – 27/01/2023

SAB 01/10/2022 – 21/01/2023

DOM 02/10/2022 – 22/01/2023

2° quadrimestre

30/01/2023 – 22/05/2023

31/01/2023 – 23/05/2023

01/02/2023 – 17/05/2023

02/02/2023 – 18/05/2023

03/02/2023 – 19/05/2023

04/02/2023 – 20/05/2023

05/02/2023 – 21/05/2023

Pausa 1 novembre – 7-8 dicembre - dal 23 dicembre al 6 gennaio compresi – dal 6 al 12 aprile compresi – 25 aprile - 1 maggio

CON L'ADESIONE ALL'ATTIVITA' ACCETTO IL VIGENTE REGOLAMENTO

- La frequenza all'attività sportiva comporta il possesso di regolare certificazione medica
- L'accesso alla palestra dovrà avvenire con scarpe pulite e telo personale
- E' consentito accedere agli spogliatoi solo 5 minuti prima dell'inizio del proprio corso
- Concluso il corso, sarà consentita una permanenza massima negli spogliatoio di 15 minuti
- Indumenti ed effetti personali dovranno essere tassativamente riposti negli appositi armadietti
- Docce e phon sono attivati con un credito di € 0,20 acquistabile presso la reception
- L'utilizzo delle cabine a rotazione è consentito per la sola vestizione e svestizione
- La direzione avrà facoltà di modificare l'attività corsuale di fitness nonché le stesse disposizioni di accesso al centro sportivo qualora le norme emanate per il contenimento del COVID lo rendessero necessario
- In caso di forzata interruzione dell'attività le lezioni, laddove possibile, proseguiranno on line mentre per l'eventuale periodo non fruito saranno emessi appositi voucher. Non si procederà ad altre forme di rimborso

Centro Sportivo Targetti via B. Buozzi 107 – Rozzano tel 02.82.56.373 email info@targettisportingclub.it

www.targettisportingclub.it