

# CORSI FITNESS

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
09:00	GYM LIEVE (Paola)	GYM (Nadia)	GYM LIEVE (Nadia)	WTREK (Paola)	GYM (Nadia)		H 9.00 BIKE (Turno)
09:55	GYM (Paola)	GYM Acqua alta (Nadia)	BIKE (Nadia)	GYM (Paola)	BIKE LIEVE (Nadia)	H 10.00 GYM (Lorenza)	H 10.00 GYM (Turno)
10.50	BIKE (Nadia)					H 11.00 BIKE (Lorenza)	
12:30	GYM (Nadia)			GYM+ BIKE (Paola)			
13.00		BIKE (Nadia)	WTREK (Paola)				
14.15		WTREK+ GYM (Nadia)	GYM (Nadia)	WTREK+ GYM (Nadia)	H.14.30 WTREK (Paola)		
15.30	WTREK (Barbara)	H:15.40 GYM (Nadia)			GYM LIEVE (Paola)	H 15.00 GYM (Nadia)	
16.35	BIKE (Paola)	GYM (Barbara)	GYM (Barbara)		GYM (Barbara)	H 16.00 WTREK (Nadia)	
17.30	WTREK (Paola)	WTREK (Barbara)	BIKE+ GYM (Barbara)		WTREK (Barbara)		
18.25	BIKE (Nadia)	GYM (Lorenza)	GYM acqua alta (Nadia)	BIKE (Nadia)			
19.20	GYM (Nadia)	BIKE (Lorenza)	WTREK (Nadia)	GYM (Nadia)	BIKE (Barbara)		
20.15		ACQUA CIRCUIT (Lorenza)		WTREK (Nadia)			

MAMMAGYM  
MAMMABIKE  
E  
MAMMASWIM  
INFO IN  
SEGRETERIA!!

## PREZZI e ABBONAMENTI (VALIDITÀ TRIMESTRALE)

### ACQUAGYM

Lezione singola	€ 9,50 – Mamma gym € 7,50
Abb. 10 ingressi	€ 90,00
Corso monosett. °	€ 8,50/lez
Corso bisett. °	€ 8,00/lez

### BIKE\* , WTREKKING\*

Lezione singola	€ 10,00 – Mamma bike/trek € 8,50
Abb. 10 ingressi	€ 95,00
Corso monosett °	€ 9,00/lez
Corso bisett. °	€ 8,50/lez

### BIKE LIEVE\* , GYM LIEVE

Lezione singola	€ 8,00
Abb. 10 ingressi	€ 75,00
Corso monosett °	€ 7,00/lez
Corso bisett. °	€ 6,50/lez

\* prenotazione obbligatoria

## REGOLAMENTO

Tutti i clienti sono obbligati a rispettare il Regolamento esposto all'ingresso. Si consiglia la presa visione.

L'iscrizione ai corsi è nominativa e non può essere ceduta ad altre persone.

L'orario e il giorno di frequenza non possono essere cambiati durante il corso.

Le lezioni di nuoto perse non sono recuperabili (per info in segreteria)  
In nessun caso potrà essere richiesto il rimborso (totale o parziale) di una quota già versata.

Non è possibile iscriversi o prenotare corsi telefonicamente.

L'iscrizione al corso si ritiene effettiva solo dopo il versamento dell'acconto o della quota totale del corso.

Il saldo dei corsi va effettuato entro e non oltre la prima lezione, come da calendario rilasciato all'atto dell'iscrizione.

L'orario dei corsi ed il calendario potranno subire variazioni a discrezione della Direzione.

Ogni corso potrà essere sospeso a insindacabile giudizio della Direzione se non verrà raggiunto un numero minimo di partecipanti.

L'orario di ingresso in vasca deve essere quello indicato sul programma. L'accesso agli spogliatoi è consentito 30 minuti prima dell'inizio della lezione.

I bimbi più piccoli devono indossare obbligatoriamente un costume contenitivo. La cuffia è obbligatoria a partire dall'età di 1 anno.

La disponibilità di vasche e corsie riservate al nuoto libero varia in funzione della disponibilità del Piano Vasca.

Gli orari di apertura al pubblico del nuoto libero possono subire variazioni a discrezione della Direzione. Non si assicura spazio acqua nella vasca piccola e nella vasca fitness.

Oltre la data di scadenza gli ingressi residui degli abbonamenti da 10 ingressi (sia Nuoto Libero che Fitness) non possono essere né utilizzati né recuperati.

Tutti gli abbonamenti sono nominativi e non possono essere ceduti.

17-18 03-08-2017\_Provaglio Invernale Fitness.doc

## TOTAL FITNESS

TOTAL FITNESS MEZZO  
DAL 04/09/2017 al 21/01/2018  
**€ 350.00**  
E DAL 22/01/18 AL 09/06/2018  
**€ 350.00**

TOTAL FITNESS DAL 04/09/17 AL 09/06/18  
**Unica rata: € 620.00**

## CALENDARIO CORSI

### I° CORSO – dal 04 sett. al 28 ott.

LUN	dal 04 sett.	al 30 ott.	9 Lez.
MAR	dal 05 sett.	al 31 ott.	9 Lez.
MER	dal 06 sett.	al 25 ott.	8 Lez.
GIO	dal 07 sett.	al 26 ott.	8 Lez.
VEN	dal 08 sett.	al 27 ott.	8 Lez.
SAB	dal 09 sett.	al 28 ott.	8 Lez.

### II° CORSO – dal 06 nov. al 20 gen.

LUN	dal 06 nov.	al 15 gen.	9 Lez.
MAR	dal 07 nov.	al 16 gen.	9 Lez.
MER	dal 08 nov.	al 17 gen.	9 Lez.
GIO	dal 02 nov.	al 18 gen.	10 Lez.
VEN	dal 03 nov.	al 19 gen.	9 Lez.
SAB	dal 04 nov.	al 20 gen.	10 Lez.

### III° CORSO – dal 22 gen. al 31 mar.

LUN	dal 22 gen.	al 26 mar.	10 Lez.
MAR	dal 23 gen.	al 27 mar.	10 Lez.
MER	dal 24 gen.	al 28 mar.	10 Lez.
GIO	dal 25 gen.	al 29 mar.	10 Lez.
VEN	dal 26 gen.	al 30 mar.	10 Lez.
SAB	dal 27 gen.	al 31 mar.	10 Lez.

### IV° CORSO – dal 03 apr. al 09 giu.

LUN	dal 09 apr.	al 04 giu.	9 Lez.
MAR	dal 03 apr.	al 05 giu.	9 Lez.
MER	dal 04 apr.	al 06 giu.	9 Lez.
GIO	dal 05 apr.	al 07 giu.	10 Lez.
VEN	dal 06 apr.	al 08 giu.	10 Lez.
SAB	dal 07 apr.	al 09 giu.	9 Lez.

180312\_Provaglio Invernale Fitness.doc

## SPAZIO NUOTO

Società Sportiva Dilettantistica s.r.l.  
via Mons. Daffini snc  
25050 Provaglio d'Iseo (BS)

tel. 030.9883293  
fax 030.9882073  
web [www.piscinadiprovaglio.it](http://www.piscinadiprovaglio.it)  
facebook Acquare Provaglio d'Iseo  
mail [segreteriaprovaglio@acquare.it](mailto:segreteriaprovaglio@acquare.it)



Validità dal 04 Settembre 2017 al 09 Giugno 2018

# CORSI FITNESS

**Water trekking**  
**Idrobike**  
**Acqua circuit**  
**Acquagym**  
**Gym Lieve**  
**Bike Lieve**

[www.piscinadiprovaglio.it](http://www.piscinadiprovaglio.it)



tel.030.9883293  
fax 030.9882073



Acquare Provaglio d'Iseo