

Palestra Ipercoop sala Blu

attività	Età	Durata	Costo	Giorni/orario	insegnante
Adulti B	30.....	24 lezioni	75,00 Euro	Mar/Ven 18,20/19,15	Vezzosi
Adulti D	30.....	24 lezioni	75,00 Euro	Mar/Ven 17,25/18,20	Vezzosi
AFA 5	50.....	24 lezioni	60,00 Euro	Lun/Mer 11,00/11,50	Sforza
AFA 6	50.....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Gio 11,00/11,50	Giannetti
AFA 7	50.....	24 lezioni	60,00 Euro	Lun/Gio 14,00/15,00	Nardoni
AFA 12 Park	50.....	12 lezioni/ 24 lezioni	30,00 Euro/60,00 Euro	Mer/Ven 15,10/16,00	Vezzosi/Giannetti
AFA 13 Div.A	50.....	12 lezioni	30,00 Euro	Mercoledì ore 16,00/16,50	Vezzosi
Argento B	60.....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Ven 16,00/16,55	Vezzosi
Corp.lib.av. A	15....	36 lezioni	90,00 Euro	Lun/Mer/Ven 9,00/10,00	Sforza
Corp.lib.av. B	15....	24 lezioni	75,00 Euro	Mar/Gio 13,00/14,00	Nardoni
Corp.lib.av. C	15....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 15,00/16,00	Nardoni
Corp.lib.av. D	15....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 16,00/17,00	
Corp.lib.av. E	15....	24 lezioni	75,00 Euro	Mar/Gio 10,00/11,00	Giannetti
Dolce I	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Mar/Gio 9,00/10,00	Giannetti
GAG 2	15....	24 lezioni	90,00 Euro	Lun/Gio 19,30/20,20	
GAG 3	15....	24 lezioni	90,00 Euro	Mar/Ven 19,30/20,20	Galeone/Brusconi
Posturale 1	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Lun/Gio 17,00/17,50	Vezzosi
Posturale 2	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Lun/Gio 17,50/18,40	Orsini
Posturale 3	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Lun/Gio 18,40/19,30	Orsini
Pot.Aerobico	15....	36 lezioni	90,00 Euro	Lun/Mer/Ven 13,00/14,00	Saba
Soft 1	50....	24 lezioni	90,00 Euro	Lun/Mer/Ven 10,00/11,00	Sforza

Palestra Ipercoop sala Verde

attività	Età	Durata	Costo	Giorni/orario	insegnante
AFA 1	50.....	24 lezioni	60,00 Euro	Lun/Mer 9,15/10,05	Giannetti
AFA 2	50.....	24 lezioni	60,00 Euro	Lun/Mer 10,05/10,55	Giannetti
AFA 3	50.....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Gio 9,20/10,10	Nardoni
AFA 4	50.....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Gio 10,10/11,00	Nardoni
Body Sculpt	15.....	24 lezioni	90,00 Euro	Mar/Gio 17,40/18,30	Ciampi
Correttiva Posturale	Tutte le età	Su appuntamento presso la nostra segreteria (giorno da stabilire) costo 15,00 Euro a lezione + tessera Uisp (per chi ne è privo)			Del Fante
Fit Boxe 1	15.....	24 lezioni	100,00 Euro	Mar/Gio 20,30/21,20	Santoni/Galeone
Fit Boxe 2	15.....	24 lezioni	100,00 Euro	Mar/Gio 19,40/20,30	Santoni/Galeone
Pilates A	15.....	24 lezioni	110,00 Euro	Mar/Gio 16,50/17,40	Ciampi
Pilates B	15.....	24 lezioni	110,00 Euro	Mar/Gio 18,30/19,20	Ciampi
Pilates D	15.....	24 lezioni	110,00 Euro	Lun/Mer 16,10/17,00	Giannetti
Pilates E	15.....	24 lezioni	110,00 Euro	Mar/Gio 16,00/16,50	Ciampi
Posturale 4	15.....	24 lezioni	170,00 Euro	Mer/Ven 17,00/17,50	Braccini
Posturale 5	15.....	24 lezioni	170,00 Euro	Mer/Ven 17,50/18,40	Orsini
Posturale 6	15.....	24 lezioni	170,00 Euro	Mer/Ven 18,40/19,20	Orsini
Spinning 1	15.....	24 lezioni	110,00 Euro	Lun/Mer 19,00/19,50	Magherini
Spinning 2	15.....	24 lezioni	110,00 Euro	Lun/Mer 19,50/20,40	Magherini

Palazzetto dello Sport : Body Line

attività	Età	Durata	Costo	Giorni/orario	insegnante
Pot.Stret. A	15....	36 lezioni	90,00 Euro	Lun/Mer/Ven 13,15/14,15	Giannetti/Sforza
Pot.Stret. G	15....	36 lezioni	90,00 Euro	Lun/Mer/Ven 14,15/15,15	Giannetti/Sforza
Potenziamento A	15....	24 lezioni	80,00 Euro	Mar/Gio 18,30/19,30	Giannelli
Potenziamento B	15....	24 lezioni	80,00 Euro	Mar/Gio 19,30/20/30	Giannelli
Potenziamento E	15....	24 lezioni	80,00 Euro	Mar/Gio 17,30/18,30	Giannelli
Sala Attrezzi Bisettimanale	15....	24 giorni + sabato ciclo da 3 mesi	120,00 Euro	2 giorni a scelta + sab 10/13 lun/mer/ven 13,15/22,00 mar/gio 9,00/22,00	Braccini/Sforza Panichi/Aloisio Galeone
Sala Attrezzi Trisettimanale	15....	36 giorni + sabato ciclo da tre mesi	130,00 Euro	3 giorni a scelta + sab 10/13 lun/mer/ven 13,15/22,00 mar/gio 9,00/22,00	Braccini/Sforza Panichi/Aloisio Galeone
Sciogli Grassi	15....	12 lezioni	50,00 Euro	Sabato 11,00/11,50	Saba
Corp.lib.av. F	15....	36 lezioni	50,00 Euro	Sabato 11,50/12,50	Saba
Posturale 11	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Mar/Gio 8,45/9,35	Braccini
Posturale 7	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Mar/Gio 9,35/10,25	Braccini
Posturale 8	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Mar/Gio 10,35/11,25	Braccini
Posturale 9	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Mar/Gio 11,25/12,15	Braccini

Palazzetto dello Sport : Piano Gioco

attività	Età	Durata	Costo	Giorni/orario	insegnante
Dolce A	50....	24 lezioni	90,00 Euro	Mar/Ven 9,00/10,25	Terziani
Adulti A	50....	24 lezioni	90,00 Euro	Mar/Ven 9,00/10,25	Terziani
Dolce B	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Mar/Ven 10,25/11,20	Terziani
Adulti C	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Mar/Ven 10,25/11,20	Terziani

Abbonamenti

Abbonamento 6gg	15...	3 mesi	145,00 Euro	Dal Lunedì al venerdì + sabato mattina (orari come sala attrezzi)	
Abbonamento 9 mesi	15....	12 Settembre/ 12 Giugno	370,00 Euro	Dal Lunedì al venerdì + sabato mattina (orari come sala attrezzi)	
Abbonamento Stagionale	15....	12 Settembre /a luglio	400,00 Euro	Dal Lunedì al venerdì + sabato mattina (orari come sala attrezzi)	

Understudio

attività	Età	Durata	Costo	Giorni/orario	Insegnante
Argento A	60....	24 lezioni	60,00 Euro	Lun/Gio 9,00/9,55	Vezzosi
Argento C	60....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Ven 9,00/9,55	Vezzosi
Argento D	60....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Ven 9,55/10,50	Vezzosi
Dolce C	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 9,55/10,50	Vezzosi
Dolce D	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 18,00/18,55	Vezzosi
Dolce E	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 18,55/19,50	Vezzosi
Dolce F	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 19,50/20,45	Vezzosi
Dolce H	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 21,40/22,30	Santoni
Ed.Corporea A	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 10,50/11,45	Vezzosi
Ed.Corporea C	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 14,55/15,50	
Ed. Corporea D	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/Gio 15,50/16,45	
AFA 8	60....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Ven 10,50/11,40	Vezzosi

Palestra Malmantile

attività	Età	Durata	Costo	Giorni/orario	Insegnante
AFA 10	60....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Ven 9,00/9,50	Esposito
Dolce 1	50....	24 lezioni	75,00 Euro	Lun/gio 10,20/11,10	
Corp.Libero 1	15...	24 lezioni	80,00 Euro	Lun/gio 9,30/10,20	
Total Body + Stretc	15....	24 lezioni	110,00 Euro	Mar/Ven 12,40/14,00	Bonazza
Posturale 10	15....	24 lezioni	170,00 Euro	Lun/gio 18,15/19,05	Zecchi
Tonificazione 1	15....	24 lezioni	100,00 Euro	Lun/gio 19,05/19,55	Zecchi
Pilates 2	15....	24 lezioni	110,00 Euro	Lun/gio 19,55/20,45	Zecchi

Palestra Ginestra

attività	Età	Durata	Costo	Giorni/orario	Insegnante
AFA 9	55....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Ven 10,10/11,00	Esposito
AFA 11	55....	24 lezioni	60,00 Euro	Mar/Ven 11,00/11,50	Esposito

Palestra SMAC

Gioco Sport Primaria	6/10 anni	10 lezioni	50,00 Euro	Lunedì 17,00/18,00	Giannetti/ Vezzosi
Gioco Sport Infanzia	4/5 anni	10 lezioni	50,00 Euro	Mercoledì 17,00/18,00	Vezzosi/Giannetti

Attività per Abbonati 3 mesi o Stagionali

Attività	Prenotazione	Limitazioni	Luogo	Orario	Insegnante
Pilates D	si	Sempre 1 posto libero	ipercoop	Lun/Mer 16,10/17,00	
Corp.Lib.Avanzato D	no	Se ci sono posti liberi	ipercoop	Lun/Gio 16,00/17,00	Angeli
Corp.Lib.Avanzato A	no	Se ci sono posti liberi	ipercoop	Lu/Me/Ve 09,00/10,00	Sforza
Corp.Lib.Avanzato B	no	Se ci sono posti liberi	ipercoop	Mar/Gio 13,00/14,00	Angeli
Corp.Lib.Avanzato C	no	Se ci sono posti liberi	ipercoop	Lun/Gio 15,00/16,00	Angeli
Corp.Lib.Avanzato E	no	Se ci sono posti liberi	ipercoop	Mar/Gio 10,00/11,00	Marchetti
Corp.Lib.Avanzato F	no	sempre	palazzetto	Sabato 11,50/12,50	Saba
Total Body + stretching	no	Se ci sono posti liberi	Malmantile	Mar/ven 12,40/14,00	Bonazza
G.A.G. 2	no	Se ci sono posti liberi	ipercoop	Lun/Gio 19,30/20,20	
G.A.G. 3	no	Se ci sono posti liberi	ipercoop	Mar/Ven 19,30/20,20	Galeone
Pot.Stret. A	no	Sempre	Palazzetto	Lun/Mer/Ven 13,00/14,00	Galeone
Pot.Stret. G	no	Sempre	Palazzetto	Lun/Mer/Ven 14,00/15,00	Galeone
Sciogli grassi	no	Sempre	Palazzetto	Sabato ore 11,00/11,50	Saba
Potenz. Aerobico	no	Sempre	ipercoop	Lu/Me/Ve 13,00/14,00	Angeli
Spinning 2	no	Se ci sono posti	ipercoop	Lunedì ore 19,50/20,40	Magherini
Potenziam. A	no	Se ci sono posti liberi	Palazzetto	Mar/Gio 18,30/19,30	Marchetti
Potenziam. B	no	Se ci sono posti liberi	Palazzetto	Mar/Gio 19,30/20,30	Marchetti
Potenziam. E	no	Se ci sono posti liberi	Palazzetto	Mar/Gio 17,30/18,30	Marchetti
Sala Attrezzi Bisettimanale	no	Sempre	Palazzetto	Mar/gio ore 10,00/22,00	Braccini/ Sforza Panichi
Sala Attrezzi Trisettimanale	no	Sempre	Palazzetto	Lun/Mer/Ven ore 13,15/22,00	Braccini/ Panichi Galeone
Sala Attrezzi	no	Sempre	Palazzetto	Sabato 10,00/13,00	Galeone