

# PALINSESTO

## LUNEDÌ

**AREA  
BATTITO**

**AREA  
IMPATTO**

06:30/07:00  
HYBRID

08:00 - 10:00  
OPEN GYM

10:00  
OPEN GYM

10:00  
WOMEN

11:00 - 12:00  
OPEN GYM

12:10  
CIRCUIT

12:10  
WOMEN

14:00 - 16:00  
OPEN GYM

16:30  
KIDS 6-9 ANNI

16:30  
INCLUSIVE

17:30  
CIRCUIT

17:30  
WOMEN

18:30  
S&C

18:30  
HYBRID

19:30  
STRENGTH

## MARTEDÌ

**AREA  
BATTITO**

**AREA  
IMPATTO**

07:00  
HYBRID

08:00 - 12:00  
OPEN GYM

12:20  
CIRCUIT

12:20  
HYBRID

14:00 - 16:00  
OPEN GYM

16:30  
CIRCUIT

16:30  
JUNIOR  
10-14 ANNI

17:30  
ENDURANCE

17:30  
HYBRID

18:30  
HYBRID

19:30  
HYBRID

## MERCOLEDÌ

**AREA  
BATTITO**

**AREA  
IMPATTO**

06:30/07:00  
HYBRID

08:00 - 12:00  
OPEN GYM

12:10  
CIRCUIT

12:10  
HYBRID

14:00 - 16:00  
OPEN GYM

16:30  
KIDS 6-9 ANNI

16:30  
HYBRID

17:30  
CIRCUIT

17:30  
HYBRID

18:30  
ENDURANCE

18:30  
HYBRID

19:30  
STRENGTH

## GIOVEDÌ

**AREA  
BATTITO**

**AREA  
IMPATTO**

07:00  
HYBRID

08:00 - 10:00  
OPEN GYM

10:00  
WOMEN

10:00  
OPEN GYM

11:00 - 12:00  
OPEN GYM

12:20  
WOMEN

12:20  
HYBRID

14:00 - 16:00  
OPEN GYM

16:30  
CIRCUIT

16:30  
JUNIOR  
10-14 ANNI

17:30  
WOMEN

17:30  
HYBRID

18:30  
ENDURANCE

18:30  
HYBRID

19:30  
HYBRID

## VENERDÌ

**AREA  
BATTITO**

**AREA  
IMPATTO**

06:30/07:00  
KOSMOX

08:00 - 12:00  
OPEN GYM

12:20  
KOSMOX

12:10  
CIRCUIT

14:00 - 16:00  
OPEN GYM

16:30  
KIDS 6-9 ANNI

16:30  
HYBRID

17:30  
ENDURANCE

17:30  
CIRCUIT

18:30  
KOSMOX

18:30  
STRENGTH

## SABATO

**AREA  
BATTITO**

**AREA  
IMPATTO**

08:00 - 09:00  
OPEN GYM

09:00  
OPEN GYM

09:00  
STRENGTH

10:00  
KOSMOX

10:00  
OPEN GYM

11:00 - 13:00  
OPEN GYM

# GROUP

Allenamento singolo: 15€

## PACCHETTI

Silver 5 allenamenti: 65€

Gold 10 allenamenti: 120€

Platinum 20 allenamenti: 220€

## ABBONAMENTI

2 allenamenti a settimana:

Mensile: 85€

Trimestrale: 240€

3 allenamenti a settimana:

Mensile: 125€

Trimestrale: 360€

4 allenamenti a settimana:

Mensile: 155€

Trimestrale: 435€

5 allenamenti a settimana:

Mensile: 190€

Trimestrale: 540€

# OPEN GYM

Allenamento singolo: 10€

## PACCHETTI

Silver 5 allenamenti: 45€

Gold 10 allenamenti: 90€

Platinum 20 allenamenti: 170€

## ABBONAMENTI

2 allenamenti a settimana:

Mensile: 65€

Trimestrale: 185€

3 allenamenti a settimana:

Mensile: 90€

Trimestrale: 255€

Ingressi illimitati:

Mensile: 120€

Trimestrale: 345€

## ONE TO ONE

max. 1 persona  
Allenamento singolo: 35€

## PACCHETTI

Silver 5 allenamenti: 165€

Gold 10 allenamenti: 315€

Platinum 20 allenamenti: 595€

## DUO

max. 2 persone  
Allenamento singolo: 25€

## PACCHETTI

Silver 5 allenamenti: 120€

Gold 10 allenamenti: 230€

Platinum 20 allenamenti: 440€

## TEAM

max. 4 persone  
Allenamento singolo: 20€

## PACCHETTI

Silver 5 allenamenti: 95€

Gold 10 allenamenti: 180€

Platinum 20 allenamenti: 340€

## ABBONAMENTI A CREDITI

**Group = 15 crediti\***

**Open Gym = 10 crediti\***

\*crediti ad allenamento

**Abbonamento a crediti Silver:**

**100€ = 110 crediti**

**Abbonamento a crediti Gold**

**200€ = 230 crediti**

**Abbonamento a crediti Platinum**

**300€ = 360 crediti**

**Abbonamento a crediti Diamond**

**500€ = 625 crediti**

## YOUTH

max. 15 persone  
Allenamento singolo: 10€

## PACCHETTI

Silver 5 allenamenti: 35€

Gold 10 allenamenti: 65€

Platinum 20 allenamenti: 120€

## ABBONAMENTI

**2 allenamenti a settimana:**

Mensile: 45€

Trimestrale: 125€

**3 allenamenti a settimana:**

Mensile: 60€

Trimestrale: 170€