

AQUAGYM

Vasca grande

LUNEDI' - GIOVEDI'

18.40 (Silvia T.)

19.30 (Silvia T.)

MARTEDI' - VENERDI'

13.00 (Silvia C.)

18.00 (Licia)

18.50 (Licia)

19.40 (Licia)

MARTEDI'-GIOVEDI'

10.00 (Francesca)

Vasca piccola

LUNEDI' - GIOVEDI':

18.50 (Arianna)

FITNESS IN ACQUA

Corsi open



MERCOLEDI'

18.30 (Luca)

19.20 (Luca)

SABATO

10.30 (Silvia T.)

HYDROSPIN

LUNEDI' - GIOVEDI'

20.20 (Paolo e Silvia T.)

MARTEDI'

19.00 (Luca)

19.50 (Luca)

VENERDI'

19.00 (Luca)

SABATO

11.30 (Silvia T.)

Ricordati di prenotare sempre la tua bike

TESSERA 8 LEZIONI VALIDA PER LE DUE ATTIVITA':

€ 65.00

TESSERA MENSILE : € 59.00

+ TESSERA ASSOCIATIVA € 12.00

ABBONAMENTI MENSILI, BIMESTRALE E QUADRIMESTRALI PER FREQUENZA LIBERA DI:

FITNESS—ACQUAGYM—HYDROSPIN—NUOTO

MENSILE € 85 — BIMESTRALE € 148—QUADRIMESTRALE € 255

NOVITA'

SWIM & GYM

MARTEDI' E VENERDI' 19.40 (Licia)

PERSONAL TRAINING

IN ACQUA E NON SOLO
LEZIONI PERSONALIZZATE

NUOTO DI MANTENIMENTO

CON L'ASSISTENZA DELL'ISTRUTTORE

TESSERA 8 INGRESSI € 40

LUN-GIO 20.20 E MAR-VEN 20.00

NUOTO ADULTI

1° corso: 26 settembre '11—01 febbraio '12
(chiusura natalizia dal 24/12 al 07/01 compresi)

2° corso: 02 febbraio '12—29 maggio '12
(chiusura pasquale dal 22/04 al 25/04 compresi)

Corsi principianti

LUNEDI' - GIOVEDI'

18.40 Acquaticità

19.30

MARTEDI' - VENERDI'

10.00

18.50

19.40

Corsi intermedi e avanzati

LUNEDI' - GIOVEDI'

14.10

17.50

18.40

19.30

20.20

MARTEDI' - VENERDI'

9.00

18.50

19.40

CORSI DI NUOTO SPORTIVI

60minuti di allenamento programmato

LUNEDI' - GIOVEDI'

19.30

MARTEDI' - VENERDI'

18.50

GRUPPO MASTER

LUNEDI1—GIOVEDI1. 20.20—22.00 SABATO: 13.30—15.00

Corsi per ragazzi/e

LUNEDI' - GIOVEDI': 17.00 (avanzato)

18.40 (SKIN-DIVE e SPORTIVO)

MARTEDI' - VENERDI': 17.10 (avanzato)

QUOTE DEL CORSO

€ 190.00 (bisettimanale)

€ 132.00 (monosettimanale)

+ TASSERA ASSOCIATIVA € 12

PER LA TUA SALUTE

ACQUE D'ARGENTO

*Per prevenire e migliorare eventuali problematiche:
dolori muscolari, articolari, circolazione*

LUNEDI' - GIOVEDI':

14.50

15.40

MARTEDI' E GIOVEDI'

9.10

QUOTA MENSILE: € 50.00 + quota associativa

**Promozione: per 2 lezioni di ginnastica e 1 di
acque d'argento al mattino € 38**

FITNESS

**G.A.G.—STRETCHING—
TONIFICAZIONE—STEP**

Lunedì—martedì—giovedì

Dalle 17.15 alle 18.15

TESSERA 8 LEZIONI € 59 + Q. Ass.

50 % PER I GENITORI CHE

ACCOMPAGNANO I BAMBINI AI CORSI

CORSO DI PILATES

LUNEDI' E MERCOLEDI'

18.30

19.30

MARTEDI' E GIOVEDI' 13.15-14.15

Quota mensile € 59(2 volte a set.)

€ 33 (monosettimanale) + Q. Ass.

ATTIVITA' PER LA TERZA ETA'

NUOTO

MERCOLEDI' - VENERDI' ORE 15.00

GINNASTICA

LUNEDI' E GIOVEDI' MATTINA A PIANORO

MARTEDI' E GIOVEDI' ORE 15.30 A RASTIGNANO

PER LE MAMME IN ATTESA

PREPARTO IN ACQUA

Attività motoria dolce in piscina per le future mamme

MARTEDI' - GIOVEDI': 11.00

Quote: mensile € 50—8 ingressi € 56

PILATES PREPARTO

LUNEDI' E GIOVEDI': 16.00

CORSI DI TENNIS

PER RAGAZZI E ADULTI

TUTTI I LIVELLI

1°: DAL 1 OTTOBRE '11 AL 31 GENNAIO '12

2°: DAL 1 FEBBRAIO '12 AL 31 MAGGIO '12

ISCRIZIONI DAL 01/09/11

Per informazioni: TEL. 3395373844

(Marcello)

QUOTA ASSOCIATIVA € 12.00

Possibilità di lezioni individuali di tutte le attività,
da concordarsi presso la segreteria

SPORT 2000



Polisportiva SPORT 2000

Associazione dilettantistica

ATTIVITA'

2011 - 2012

ADULTI

Centro Sportivo

“Paolo Gori”

Via Dello Sport 4—Pianoro (BO)

Tel 051-774853—776417

Segreteria:

Lun—12.00—21.00

Dal mar al ven—11.00—21.00

Sab —10.00—18.30

www.sportduemila.com

info@sportduemila.com