

# Associazione "IL CHIOSTRO"

- Al momento dell'iscrizione è necessario presentare la tessera di associato a "Il Chiostro";
- Ai corsi sarà applicato uno **SCONTO 20%** sulla quota di ogni periodo;
- Lo sconto **NON** è cumulabile con altre promozioni.

Tesseramento alla Polisportiva Villaggio del Fanciullo S.S.D.aR.L. **€24** (copertura assicurativa, validità stagionale, fino al 31 agosto 2017). È necessario il certificato medico. Le quote sono indicative per corsi di **11/22 lezioni** (la quota potrà variare in base al numero effettivo di lezioni).

**PERIMO PERIODO** dal **15 settembre** al **6 dicembre** 2016

**SECONDO PERIODO** dal **7 dicembre** all'**8 marzo** 2017

**TERZO PERIODO** dal **9 marzo** al **6 giugno** 2017

## PALESTRA

**TOTAL FITNESS** – Quota OPEN include tutti i corsi disponibili nella giornata scelta 64,50 anziché €80,60 **SETTIMANALE** €110,50 anziché €138,10 **BISETTIMANALE**

**STRETCHING LU** ore 19:40

**TOTAL BODY LU/ME** ore 18:00

**GAG LU/ME** ore 18:50

**FITNESS OLISTICO ME** ore 19:40

## PILATES

€113,80 anziché €142,20 **SETTIMANALE**

€162,40 anziché €203 **BISETTIMANALE**

**LU-MA-GIO** ore 20:30

## HATHA YOGA

€113,80 anziché €142,20 **SETTIMANALE**

€162,40 anziché €203 **BISETTIMANALE**

**MA** ore 19:15 / **ME-VE** ore 9:00 / **VE** ore 19:15

## PISCINA

### NUOTO LIBERO

€94 – 12 ingressi al prezzo di 10

### CORSI di NUOTO

€113,80 anziché €142,20 **SETTIMANALE**

€162,40 anziché €203 **BISSETTIMANALE**

**TERRORIZZATI MA/VE** ore 20:10

**PRINCIPIANTI BASE LU-ME** ore 9:30 - 20:10 - 21:00

**MA-GIO** ore 15:00 / **MA-VE** ore 20:10

**GIO** ore 20:10 / **VE** ore 19:20

**PRINCIPIANTI AVANZATI**

**LU-ME** ore 10:20 - 18:10 - 20:10 / **MA-GIO** ore 14:40 - 20:10

**MA-VE** ore 11:40 / **VE** ore 19:20 - 20:10

**PERFEZIONAMENTO**

**LU-ME** ore 10:20 - 19:20 - 20:10 - 21:00

**MA-VE** ore 13:00 - 19:20 - 20:10

**GIO** ore 19:20 - 20:10 - 21:00

### CORSI ACQUAGYM

€124,60 anziché €155,70 **SETTIMANALE**

€168,20 anziché €210,20 **BISSETTIMANALE**

**ACQUA ALTA** (190 cm)

**LU-ME** ore 13:20 - 19:20

**MA** ore 10:00 – 10:50 over60 - 17:40 - 20:10

**GIO** ore 20:10 / **VE** ore 10:00 - 10:50 **OVER60** - 13:20 - 17:40

**SA** ore 9:30 - 10:20 - 16:50

**ACQUA BASSA** (90 cm)

**LU-ME** ore 15:00 / **MA-VE** ore 10:00 **OVER60**

**MA-GIO** ore 19:20

**ACQUAPOSTURAL** in acqua bassa 90 cm

**LU** ore 11:10 - 19:20 / **VE** ore 15:00