



PALESTRA FITNESS

Corso XXII Marzo, 23/15
Piazza S. Maria del Suffragio

Cel. 339 716 1639

www.gestioneimpianti.org
arca@gestioneimpianti.org



l'arca palestra fitness

Programmi personalizzati di:

FITNESS

ALLENAMENTO IN CIRCUITO

CARDIOFITNESS

allenamento per dimagrimento

allenamento cardio-respiratorio

piani di lavoro specifici per la preparazione alle principali attività sportive

SALA

INGRESSO SINGOLO €. 9

TESSERA 10 INGRESSI €. 80

ANNUALE (12 MESI) ore 12.00/14.00 € 210

ANNUALE (12 MESI) ore 14.00/16.30 € 160

SALA + CORSI*

ANNUALE € 490 (**)

TESSERA 10 INGRESSI € 90

*)segundo la programmazione come da planning

YOGA

MERCOLEDI' 09.15 – 10.30 (dal 09/09/24 al 30/07/25)

quota di frequenza: € 445

All'inizio dei corsi è obbligatorio consegnare un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica. E' possibile effettuare una visita medico-sportiva specialistica, con elettrocardiogramma a € 45 presso il Centro di Medicina Sportiva Fi.Me.S. (via G.G. Mora 22 MI, tel.0289400182) con noi convenzionato.

Operano presso la palestra i seguenti TERAPISTI:

Silvia Brocchini massoterapista 3392156847

Daniele Colussi operatore olistico 3343050620

Michele Pescio massoterapista 3283570975

Lorenzo Viola osteopata 3289557733

ricevono previo appuntamento

per informazioni ed iscrizioni rivolgersi c/o la segreteria della palestra aperta da lunedì a venerdì ore 09.00 / 20.00