



Città di Brugherio



# CORSI ADULTI

QUOTA ASSOCIATIVA € 25,00

CORSO	PALESTRA	GIORNO	ORA	*TARIFFA			
				TRIMESTRALE		ANNUALE	
				Monosettimanale	Bisettimanale	Monosettimanale	Bisettimanale
GINNASTICA DOLCE	PARINI	Lunedì e Giovedì	15:00 - 15:55	X	€ 102,00	X	€ 245,00
		Martedì e Venerdì	09:00 - 09:55				
GINNASTICA POSTURALE	PARINI	Lunedì	09:00 - 09:55	€ 76,00	€ 112,00	€ 185,00	€ 270,00
		Giovedì	09:00 - 09:55				
	DON CAMAGNI	Venerdì	20:00 - 20:55				
	SCIVIERO	Lunedì	19:00 - 19:55				
Mercoledì		18:30 - 19:25					
PILATES	DON CAMAGNI	Martedì	19:00 - 19:55	€ 79,00	€ 120,00	€ 193,00	€ 290,00
			20:00 - 20:55				
		Mercoledì	21:00 - 21:55				
		Giovedì	21:00 - 21:55				
	SCIVIERO	Lunedì	20:00 - 20:55				
		Mercoledì	19:30 - 20:25				
	PARINI	Lunedì	12:00 - 12:55				
Giovedì		11:00 - 11:55					
FORTIS	Lunedì	19:00 - 19:55					
FIT YOGA	SCIVIERO	Mercoledì	20:30 - 21:25	€ 79,00	€ 120,00	€ 193,00	€ 290,00
	DON CAMAGNI	Venerdì	19:00 - 19:55				
HATHA YOGA	SCIVIERO	Lunedì	21:00 - 21:55	€ 79,00	X	€ 193,00	X
TOTAL BODY	FORTIS	Lunedì	20:00 - 20:55	€ 70,00	€ 105,00	€ 170,00	€ 255,00
		Giovedì	19:00 - 19:55				
	PARINI	Martedì	11:00 - 11:55				
		Venerdì	11:00 - 11:55				
CIRCUIT TRAINING	DON CAMAGNI	Lunedì	21:00 - 21:55	€ 77,00	€ 115,00	€ 190,00	€ 275,00
		Sabato	11:45 - 12:40				
FIT & BOXE	DON CAMAGNI	Giovedì	20:00 - 20:55	€ 77,00	X	€ 190,00	X
FUNZIONALE	DON CAMAGNI	Lunedì	20:00 - 20:55	€ 77,00	€ 115,00	€ 190,00	€ 275,00
	FORTIS	Giovedì	20:00 - 20:55				
STEP & TONE	DON CAMAGNI	Mercoledì	19:00 - 19:55	€ 76,00	X	€ 185,00	X
SUPER G.A.G.	DON CAMAGNI	Lunedì	19:00 - 19:55	€ 53,00	€ 78,00	€ 133,00	€ 190,00
		Giovedì	19:00 - 19:55				
	PARINI	Lunedì	11:00 - 11:55				
		Giovedì	12:00 - 12:55				
CARDIO DANCE	DON CAMAGNI	Mercoledì	20:00 - 20:55	€ 77,00	X	€ 190,00	X
PALLAVOLO BASE	DON CAMAGNI	Venerdì	21:00 - 23:00	€ 90,00	X	€ 220,00	X
PALLAVOLO AMATORIALE	DON CAMAGNI	Martedì	21:00 - 23:00	€ 90,00	€ 135,00	€ 220,00	€ 320,00
	FORTIS	Giovedì	21:00 - 23:00				
FIT WALKING	PARCO INCREA	Martedì	18:15 - 19:15	CARNET DA 10 LEZIONI € 40,00			
			19:30 - 20:30				
		Giovedì	18:15 - 19:15				
			19:30 - 20:30				
WALK TRAINING	PARCO INCREA	Martedì	09:00 - 10:00	CARNET DA 10 LEZIONI € 40,00			
		Venerdì					
▶▶ QUOTA ASSOCIATIVA GRATUITA ◀◀				QUADRIMESTRALE		ANNUALE	
GINNASTICA OVER	PARINI	Lunedì e Giovedì	10:00 - 10:55	€ 97,00 OVER 65	€ 55,00 OVER 70	€ 190,00 OVER 65	€ 105,00 OVER 70
		Martedì e Venerdì	10:00 - 10:55				
		Lunedì e Giovedì	14:00 - 14:55				

\*Sommare alla tariffa la quota associativa di € 25 valida per tutta la stagione

BASSA INTENSITÀ

MEDIA INTENSITÀ

ALTA INTENSITÀ

SPORT AMATORIALI