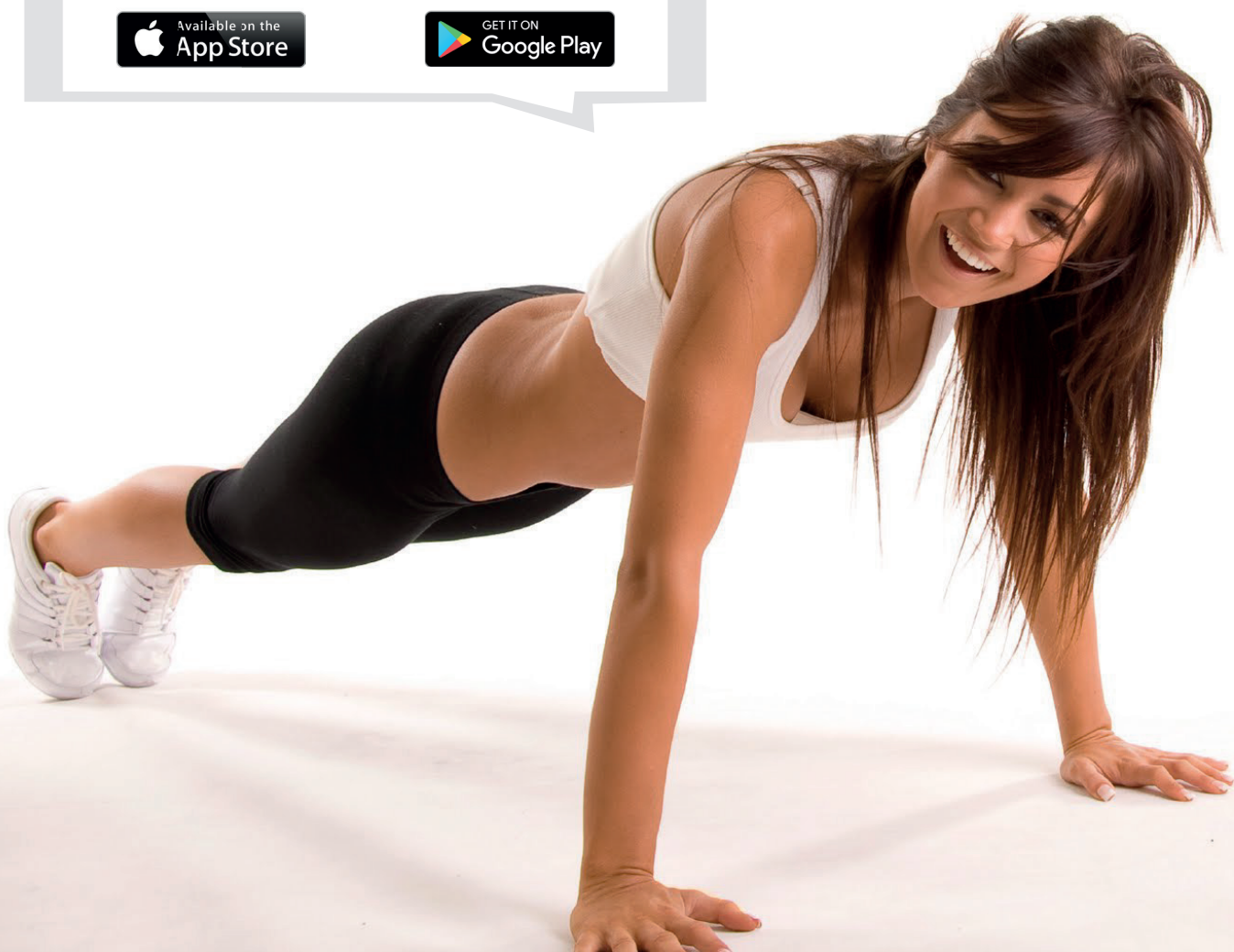


ATTIVITÀ SPORTIVA GINNASTICA PER LA SALUTE ED IL FITNESS

SCARICA LA NOSTRA APP "ICOSPORT"
PER RIMANERE SEMPRE CONNESSO
AL MONDO ICOS E USUFRUIRE DEI NOSTRI SERVIZI



CLUB AFFILIATO:



ORARIO FITNESS

	SALA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10.00	1	FUNCTIONAL TRAINING SALVATORE	WALKING SALVATORE	GROUP SPARRING SALVATORE	WALKING SALVATORE	GYMBOX SALVATORE	
10.00	2		PILATES IRENE		PILATES IRENE		
14.00	1	WALKING SALVATORE		WALKING SALVATORE		WALKING SALVATORE	
15.00	1	FUNCTIONAL TRAINING SALVATORE		GYMBOX SALVATORE		FAT KILLER WORKOUT SALVATORE	
15.00	3	GROUP CYCLING VANNI		GROUP CYCLING VANNI		GROUP CYCLING VANNI	GROUP CYCLING VANNI
16.00	1		CALISTENICS FRANCESCO		CALISTENICS FRANCESCO		
16.00	2	DANZA MEDIE				DANZA MEDIE	TONE UP ANGELA
17.00	1	JUST PUMP CARLA	TONE UP ANGELA	JUST PUMP CARLA	TONE UP ANGELA	JUST PUMP CARLA	CALISTENICS FRANCESCO
	2	DANZA/ PREDANZA BIMBE	HIP HOP JUNIOR FILANDRO		HIP HOP JUNIOR FILANDRO	DANZA/ PREDANZA BIMBE	
17.00	4	POSTURALE JR		POSTURALE JR		POSTURALE JR	
17.00	3	GROUP CYCLING GIOVANNI		GROUP CYCLING GIOVANNI		GROUP CYCLING GIOVANNI	
18.00	1	FUNCTIONAL TRAINING DANIELE	GYMBOX SALVATORE	FUNCTIONAL TRAINING DANIELE	GYMBOX SALVATORE	FUNCTIONAL TRAINING DANIELE	
	2	DANZA- INTERMEDIE	HIP HOP SENIOR FILANDRO	DANZA INTERMEDIE	HIP HOP SENIOR FILANDRO	DANZA- INTERMEDIE	
	4	GINN POSTURALE SENIOR IRENE		GINN POSTURALE SENIOR IRENE		GINN POSTURALE SENIOR IRENE	
19.00	2	DANZA AVANZATO	BODY SCULPT ANGELA	DANZA AVANZATO	BODY SCULPT ANGELA	DANZA AVANZATO	
	1	SUPER JUMP CARLA	WALKING SALVATORE	SUPER JUMP CARLA	WALKING SALVATORE	SUPER JUMP CARLA	
	3		GROUP CYCLING VANNI		GROUP CYCLING VANNI		
	4		HIP HOP BABY FILANDRO		HIP HOP BABY FILANDRO		
20.00	3	GROUP CYCLING VANNI		GROUP CYCLING VANNI		GROUP CYCLING VANNI	

La Direzione informa gli utenti che i corsi saranno attivati solo con un minimo di 4 persone presenti in sala.

NORME

- L'utente è tenuto a presentare, all'atto dell'iscrizione e comunque prima dell'inizio delle attività, la prevista documentazione medica. In mancanza, l'utente si assume ogni responsabilità civile e penale. Ogni negligenza in proposito esonera il Centro da qualsiasi responsabilità civile e/o penale.
- Il Centro Sportivo è dotato di armadietti, con utilizzo di lucchetto personale, ad uso degli utenti per la custodia degli oggetti personali.
- Nei giorni festivi previsti dal calendario le lezioni saranno sospese, e gli utenti non ne potranno richiedere il recupero, mentre in caso di sospensione delle attività per manutenzioni o eventi straordinari, le lezioni potranno essere recuperate, intensificando la frequenza delle stesse.
- Gli orari di attività del centro fitness e delle lezioni potranno subire variazioni durante l'arco dell'anno.
- Gli iscritti al Centro Sportivo sono tenuti a munirsi di ciabatte e scarpe ginniche da usare solo all'interno del Centro Sportivo stesso.
- Gli utenti sono tenuti, per la salvaguardia dell'igiene del prossimo e personale, all'utilizzo di asciugamani sulle panche.