

Centro Sportivo

Palestra Sporting Club

Piscina Olbia Nuoto

Via dei Tornitori - Loc. Colcò - zona Aeroporto 07026 OLBIA

tel. e fax 0789 646044 sportingclub.olbia@virgilio.it / olbianuoto@gmail.com

"AIR"

STAGIONE 2012 - 2013

ATTIVITA' - ORARI - PREZZI

www.airolbia.it

ATTIVITA'	GIORNI	ORARI		FREQUENZA	TARIFE
iscrizione con validità sino al 31/08/2013 € 20,00		dalle	alle	abbonamenti	
SALA ATTREZZI e CARDIOFITNESS	dal Lunedì al Venerdì	7.00 - 21.30		1 mese	€ 40,00
	Sabato	09:00	18:00	2 mesi	€ 75,00
				3 mesi	€ 110,00
				6 mesi	€ 208,00
				annuale	€ 350,00
AEROBICA - STEP - GAG - FIT BOX	Lun - Merc - Ven	13,30	14,20	4 lezioni mensili 8 lezioni mensili 12 lezioni mensili	€ 18,00 € 35,00 € 50,00
	Lunedì - mercoledì	18,10	19,00		
		19,10	20,00		
	venerdì	17,10	18,00		
		18,10	19,00		
GINNASTICA DOLCE	Martedì - Giovedì	09.00	09:50	monosettimanale bisettimanale	€ 20,00 € 35,00
		10,00	10,50		
		19,20	20,10		
		20,10	21,00		
KARATE	Lunedì - Mercoledì Venerdì	18,30	19,30	10/16 anni trisettimanale	€ 50,00
		20,00	21,00	agonisti trisettimanale	€ 50,00
	Mercoledì - Venerdì	17,30	18,30	5/10 anni bisettimanale	€ 45,00
JIU-JITSU	martedì - giovedì	18,00	19,30		€ 40,00
	lunedì	16,30	18,00		
	sabato	16,00	17,00		
KICK BOXING (adulti)	Lunedì - Venerdì	10:00	11:00	bisettimanale	€ 40,00
		14:30	15:30		
BAMBINI	Martedì - Giovedì	19:00	20:00	bisettimanale	€ 35,00
	Martedì - Giovedì	18:10	19:00		
TESSERE					
INGRESSI SALA ATTREZZI (scadenza al 31/08/13)	Lunedì - Martedì Mercoledì - Giovedì Venerdì	7.00 - 21.30		4 ingressi	€ 18,00
		Sabato	09:00	18:00	8 ingressi
10 ingressi	€ 40,00				
				20 ingressi	€ 70,00
				30 ingressi	€ 95,00
				40 ingressi	€ 115,00
				50 ingressi	€ 130,00
LATINO AMERICANO	Venerdì	principianti	dalle 19,10 alle 20,10	monosettimanale	€ 35,00
		intermedi avanzati	dalle 20,10 alle 21,30		

Centro Sportivo

Palestra Sporting Club

Piscina Olbia Nuoto

Via dei Tornitori - Loc. Colcò - zona Aeroporto 07026 OLBIA

"AiR"

STAGIONE 2012 - 2013

ATTIVITA' - ORARI - PREZZI

tel. e fax 0789 646044 sportingclub.olbia@virgilio.it / olbianuoto@gmail.com

www.airolbia.it

TRX SUSPENSION TRAINING	Lunedì - Mercoledì Venerdì	dalle 17,00 alle 18,00	monosettimanale bisettimanale trisettimanale	€ 20,00
		dalle 19,00 alle 20,00		€ 35,00
	11,00 solo il venerdì	€ 45,00		
	Martedì - Giovedì	dalle 20,15 alle 21,15		
ZUMBA fitness	Martedì - Giovedì	dalle 20,30 alle 21,30	bisettimanale	€ 35,00
TAE JUTZU	Martedì - Giovedì	dalle 19,30 alle 21,00	bisett. < 17 anni bisett. > 17 anni	€ 35,00 € 40,00
LABORATORIO TEATRALE	Sabato	dalle 9,30 alle 11,30	monosettimanale	€ 40,00
FIT VIBE pedana vibrante	dal lunedì al venerdì	9.00 - 21.00		1 seduta € 10,00
	Sabato	09:00	17:00	10 sedute € 60,00 20 sedute € 115,00 30 sedute € 165,00
QI GONG	mercoledì - venerdì	20,30	21,30	bisettimanale € 35,00
SOLARIUM	dal lunedì al sabato	11 minuti		€ 6,00