

QUOTE ASSOCIATIVE

ISCRIZIONE	20,00€
MENSILE OPEN	50€
TRIMESTRALE OPEN	135€
SEMESTRALE OPEN	250€
ANNUALE	350€
GIORNALIERO	9€
DIECI LEZIONI	70€

FORMULE FAMIGLIA

2 IN FAMIGLIA	90€ 10% SULLA QUOTA MENSILE
3 IN FAMIGLIA	120€ 20% SULLA QUOTA MENSILE
4 IN FAMIGLIA	150€ 25% SULLA QUOTA MENSILE

CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORIO
IL SALDO DELLE QUOTE DEVE ESSERE EFFETTUATO
ENTRO IL **10** DI OGNI MESE



PLANNING ATTIVITÀ 2025-2026

Scannerizza il
QR code per salvare
il planning sul tuo telefono



tramite l'app fotocamera
del tuo dispositivo Android / Apple

WELLNESS

METODO PILATES

LUN. 10:00-11:00 | LUN. 17:15-18:15
MAR. 20:30-21:30 | MERC. 10:00-11:00
GIO. 20:30-21:30 | VEN. 17.15/18.15

METODO POSTURALE

LUN. 16:15-17:15 | VEN. 16:15-17:15

METODO POSTURAL/PILATES

MAR. 10:00-11:00 | 19:30-20:30
GIO. 19:30-20:30 | VEN. 10:00-11:00

FITNESS

METODO G.A.G.

LUN. 18:15-19:15 | MERC. 18:15-19:15

METODO TONIFIT

MAR. 9:30-10:30 | MAR. 13:30-14:30
GIO. 9:30-10:30 | GIO. 13:30-14:30

METODO PUMP

LUN. 19:30-20:30 | MERC. 19:30-20:30

METODO ZUMBA

MAR. 19:30-20:30 | VEN. 19:30-20:30

METODO TONIFICAZIONE

MAR. 18:30-19:30 | VEN. 18:30-19:30

METODO FUNZIONALE

LUN. 18:30-19:30 | MERC. 18:30-19:30

ARTI MARZIALI

KARATE ADULTI

LUN. 20:15-21:30 | GIO. 20:15-21:30

KICK BOXING

LUN. 20:30-21:30 | MERC. 20:30-21:30 | VEN. 20:30-21:30

BODY BUILDING

SALA PESI ORARIO NO-STOP 9:30-22:00

TRAINER IN SALA

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ DALLE 16:30 ALLE 21:00
DUE VOLTE SETTIMANALI DALLE 10:00 ALLE 12:00
SABATO DALLE 10:00 ALLE 18:00

ORARIO CONTINUATO

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ

09:30 - 22:00

SABATO

9:30 - 18:00



Via Perugia, 7 - Pavona di Albano Laziale(RM)
Per info: 06/93 12 527
Mail: blueteamclub@hotmail.it

IL TUO PROGRAMMA
DI ALLENAMENTO
