

# Centro Fitness



## Centro Fitness con:

- Sala fitness di 550 mq con 90 postazioni e area corpo libero, Kinesis, Trx e Pancafit:
  - 35 macchine cardio
  - 35 macchine isotoniche
  - 20 panche con bilancieri, manubri e pesi
- Due sale corsi di 200 mq ciascuna (15 corsi compresi negli abbonamenti)
- Due saune e due bagni turchi
- Percorso esterno di 200 m, coperto e illuminato, per correre e camminare
- Servizi personal training
- Servizi medico-sportivi e valutativi
- In sala fitness istruttori qualificati (laureati in Scienze Motorie / Isef) vi seguiranno costantemente per raggiungere gli obiettivi prefissati, variando in maniera programmata la scheda di allenamento

Per l'utilizzo degli impianti fitness è necessario il certificato di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, in corso di validità. È altresì possibile, per chi ne è già in possesso, presentare il certificato di idoneità agonistica mentre non sono utilizzabili certificati medici di altro tipo, rientrando il CUS nella casistica prevista dall'art. 3, comma 1, lettera b) del D.M. 24.04.2013, che prevede specificamente certificazione di idoneità non agonistica.

In assenza di certificazione sanitaria, anche per mancato o ritardato rinnovo, non è possibile l'accesso alle attività.

La visita medica di idoneità non agonistica può essere effettuata anche presso il CUS al costo di 30 €.

## ORARI DI APERTURA CENTRO FITNESS

### SETTEMBRE - GIUGNO

Lunedì - Venerdì	7 - 22.30
Sabato	9 - 17
Domenica	9 - 13

### LUGLIO - AGOSTO

Lunedì - Venerdì	9 - 21
Sabato (Domenica chiuso)	9 - 13

# Centro Fitness



## Tariffe

PROVA  
GRATUITA

ABBONAMENTI SENZA LIMITAZIONI D'ORARIO (sala fitness + corsi)	Universitari	Cittadini Dalmine	Esterni
	Annuale 32,50 € mese <b>390 €</b>	40 € mese <b>480 €</b>	47,50 € mese <b>570 €</b>
Semestrale 35 € mese <b>210 €</b>	45 € mese <b>270 €</b>	53,50 € mese <b>320 €</b>	
Trimestrale 40 € mese <b>120 €</b>	55 € mese <b>165 €</b>	65 € mese <b>195 €</b>	
Mensile <b>50 €</b>	<b>65 €</b>	<b>80 €</b>	

ABBONAMENTI DALLE 7 ALLE 9.30 (più sabati e domeniche)	Universitari	Cittadini Dalmine	Esterni
	<b>SCONTO 50%</b>		
Annuale 16,25 € mese <b>195 €</b>	20 € mese <b>240 €</b>	23,75 € mese <b>285 €</b>	
Semestrale 17,50 € mese <b>105 €</b>	22,50 € mese <b>135 €</b>	26,75 € mese <b>160 €</b>	
Trimestrale 20 € mese <b>60 €</b>	27,50 € mese <b>82,50 €</b>	32,50 € mese <b>97,50 €</b>	
Mensile <b>25 €</b>	<b>32,50 €</b>	<b>40 €</b>	

ABBONAMENTI DALLE 12 ALLE 14.30 (più sabati e domeniche e corsi della fascia oraria)	Universitari	Cittadini Dalmine	Esterni
	<b>SCONTO 50%</b>		
Annuale 16,25 € mese <b>195 €</b>	20 € mese <b>240 €</b>	23,75 € mese <b>285 €</b>	
Semestrale 17,50 € mese <b>105 €</b>	22,50 € mese <b>135 €</b>	26,75 € mese <b>160 €</b>	
Trimestrale 20 € mese <b>60 €</b>	27,50 € mese <b>82,50 €</b>	32,50 € mese <b>97,50 €</b>	
Mensile <b>25 €</b>	<b>32,50 €</b>	<b>40 €</b>	

ABBONAMENTI DALLE 14 ALLE 18 (più sabati e domeniche)	Universitari	Cittadini Dalmine	Esterni
	<b>SCONTO 45%</b>		
Annuale 18 € mese <b>214,50 €</b>	22 € mese <b>264 €</b>	26,25 € mese <b>313,50 €</b>	
Semestrale 19,25 € mese <b>115,50 €</b>	24,75 € mese <b>148,50 €</b>	29,50 € mese <b>176 €</b>	
Trimestrale 22 € mese <b>66,00 €</b>	30,25 € mese <b>90,75 €</b>	35,75 € mese <b>107,25 €</b>	
Mensile <b>27,50 €</b>	<b>36 €</b>	<b>44 €</b>	

# Centro Fitness

## Tariffe

PROVA  
GRATUITA



ABBONAMENTI DALLE 20 ALLE 22.30 (più sabati e domeniche e corsi della fascia oraria)	Universitari	Cittadini Dalmine	Esterni
	SCONTO 40%		
Annuale	19,50 € mese <b>234 €</b>	24 € mese <b>288 €</b>	28,50 € mese <b>342 €</b>
Semestrale	21 € mese <b>126 €</b>	27 € mese <b>162 €</b>	32 € mese <b>192 €</b>
Trimestrale	24 € mese <b>72 €</b>	33 € mese <b>99 €</b>	39 € mese <b>117 €</b>
Mensile	<b>30 €</b>	<b>39 €</b>	<b>48 €</b>

ABBONAMENTI DALLE 7 ALLE 17 (più sabati e domeniche e corsi della fascia oraria)	Universitari	Cittadini Dalmine	Esterni
	SCONTO 35%		
Annuale	21,25 € mese <b>253,50 €</b>	26 € mese <b>312 €</b>	31 € mese <b>370,50 €</b>
Semestrale	22,75 € mese <b>136,50 €</b>	29,25 € mese <b>175,50 €</b>	34,75 € mese <b>208 €</b>
Trimestrale	26 € mese <b>78 €</b>	35,75 € mese <b>107,25 €</b>	42,25 € mese <b>126,75 €</b>
Mensile	<b>32,50 €</b>	<b>42,50 €</b>	<b>52 €</b>

TESSERE A INGRESSI (valide per un anno dal rilascio)	Universitari	Cittadini Dalmine	Esterni
	Tessera 10 ingressi senza limitazioni d'orario	<b>65 €</b>	<b>80 €</b>
Tessera 10 ingressi fino alle 17 - sconto 40%	<b>39 €</b>	<b>48 €</b>	<b>60 €</b>

Durante i mesi di luglio e agosto, in conseguenza degli orari ridotti, non sono attivi gli abbonamenti a fascia oraria.

Gli abbonati fitness possono liberamente accedere a sauna e bagno turco, se disponibili, rispettando le indicazioni per il loro corretto uso, indicativamente nei seguenti orari:

PERIODO	Sauna	Bagno Turco
<b>SETTEMBRE - GIUGNO</b>		
Lunedì, Mercoledì e Venerdì	7 - 22.30	8.30 - 22.30
Martedì e Giovedì	8.30 - 22.30	7 - 22.30
Sabato	9 - 17	9 - 17
Domenica	9 - 13	9 - 13

<b>LUGLIO - AGOSTO</b>		
Lunedì	14 - 21	Bagno Turco
Martedì	9 - 14	Sauna
Mercoledì	14 - 21	Sauna
Giovedì	9 - 14	Bagno Turco
Venerdì	14 - 21	Bagno Turco
Sabato	9 - 13	Sauna