

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 (19 corsi compresi negli abbonamenti)
- Due saune e due bagni turchi

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 €.

- 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

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