

SCUOLA NUOTO

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10:00	10:45	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	
13:45	14:30	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	
16:45	17:30	BAMBINI 4/12	BAMBINI 4/12		BAMBINI 4/12	BAMBINI 4/12	
17:30	18:15	BAMBINI 4/12	BAMBINI 4/12		BAMBINI 4/12	BAMBINI 4/12	
18:15	19:00	RAGAZZI 11/16	RAGAZZI 11/16		RAGAZZI 11/16	RAGAZZI 11/16	
19:00	19:45	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	
19:45	20:30	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	ADULTI	

CORSI FITNESS

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08:00	08:45	FUNCTIONAL**	STEP-TONE**	FUNCTIONAL**	STEP-TONE**	FUNCTIONAL**	
10:00	10:45	MAT PILATES*		MAT PILATES*		YOGA*	MAT PILATES*
17:30	18:30	YOGA*					
18:00	19:00			YOGA*			
18:15	19:00		KETTLEBELL**		KETTLEBELL**	MAT PILATES*	
19:00	19:45	TOTAL BODY*					
19:15	20:00		MAT PILATES*		MAT PILATES*		
19:00	20:00			YOGA*		TOTAL BODY*	
20:00	20:45	MAT PILATES*		TOTAL BODY*			

SALA 1 = * SALA 2 = **

CORSI ACQUAFITNESS

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
07:45	08:30	GAG & STEP			ACQUA CIRCUIT		
08:30	09:15	ACQUA PUMP	SPINNING	GAG & STEP		ACQUA PUMP	
10:00	10:45						GAG & STEP
10:45	11:30		SOFT GYM	SOFT GYM		SOFT GYM	
13:00	13:45	GAG & STEP	SPINNING	SPINNING & STEP	BIATHLON	SPINNING & STEP	
13:15	14:00						
18:15	19:00			ACQUA ALTA			
19:00	19:45	ACQUA ALTA	ACQUA PUMP		ACQUA PUMP	ACQUA ALTA	
19:45	20:30	SPINNING			ACQUA CIRCUIT		

BOXE

LUNEDÌ	MERCOLEDÌ	VENERDÌ
16:30-17:30	16:30-17:30	16:30-17:30

KICK BOXING

LUNEDÌ	MERCOLEDÌ	VENERDÌ
18:00-19:30	18:00-19:30	18:00-19:30

MUAY THAI

LUNEDÌ	MERCOLEDÌ	VENERDÌ
19:30-21:00	19:30-21:00	19:30-21:00

SALA ATTREZZI

Da lunedì a venerdì dalle ore 8:00 alle ore 22:00
Sabato e Domenica dalle ore 8:00 alle ore 13:00

NUOTO LIBERO

Lunedì-Mercoledì- Venerdì
dalle ore 7:00 alle ore 14:00
dalle ore 20:30 alle ore 21:30

Martedì e Giovedì
dalle ore 7:00 alle ore 15:00
dalle ore 19:50 alle ore 21:30

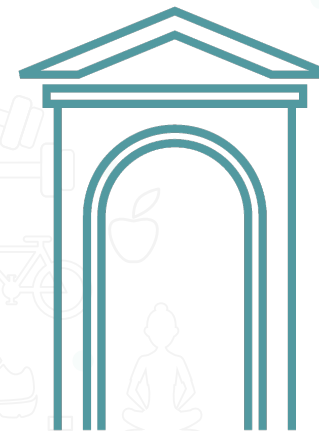
Sabato
dalle ore 8:00 alle ore 14:00

Domenica
dalle ore 8:00 alle ore 13:00

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA IN APP
PER NUOTO LIBERO E TUTTI I CORSI

ECUMANO

POOL & FITNESS



IMMERGITI NEL NOSTRO MONDO!

☎ 081 5802152

📷 ecumano_space

📱 ECUMANO SPACE

	1 MESE +59€ isc.	4 MESI +59€ isc.	11 MESI (isc. omaggio)	ACCESSI SETTIMANALI
PLATINUM (Nuoto libero,sala attrezzi, corsi,posto auto 2h e armadietto privato)	-	500€	1300€	7
GOLD (Nuoto libero,sala attrezzi,corsi)	120€	440€	1100€	7
SILVER (Nuoto libero,sala attrezzi e corsi ENTRO LE ORE 14:00)	100€	370€	900€	7
CORSI (Fitness & Acquafitness)	100€	370€	900€	3
NUOTO LIBERO	100€	370€	900€	3
SALA ATTREZZI	75€	250€	600€	6
SCUOLA NUOTO Trisettimanale	100€	370€	900€	3
SCUOLA NUOTO Bisettimanale	90€	330€	800€	2
UNIVERSITARIO (Nuoto libero ENTRO LE ORE 13:00 e sala attrezzi ENTRO LE ORE 18:30)	75€ +39€ isc.	250€ +39isc.	600€	6
BOXE (A PARTIRE DAI 6 ANNI)	70€	-	-	3
KICK BOXING (A PARTIRE DAI 12 ANNI)	80€	-	-	3
MUAY THAI (A PARTIRE DAI 12 ANNI)	80€	-	-	3

PERSONAL NUOTO	1 LEZIONE 35€	12 LEZIONI 300€+59€isc.	ENTRO 3 MESI
PERSONAL NUOTO di coppia	1 LEZIONE 55€	12 LEZIONI 480€+59€isc.	ENTRO 3 MESI
PROVA	1 PROVA 20€	DETRATTA SE TI ISCRIVI NELLO STESSO GIORNO	
INGRESSO PISCINA	SOCIO 15€	ESTERNO 20€	SOCIO* =QUOTA ISC. ATTIVA
INGRESSO SALA	SOCIO 10€	ESTERNO 15€	SOCIO* =QUOTA ISC. ATTIVA
DOCCIA E PHON	0.40€ cent. a scatto		
ARMADIETTO PRIVATO	-	NOLEGGIO 4 MESI 80€	NOLEGGIO 11 MESI 170€
CONSULENZA NUTRIZIONALE	PRIMA VISITA 60€	CONTROLLO 30€	BIA 20€
STOP & GO	40€ - 30GG SOSPESI SOLO SU ABB. QUADRIMESTRALE E ANNUALE		
PARCHEGGIO	SCONTO SOCI E TARIFFA APPLICABILE PER AUTOVETTURE,BICI E MOTO		
VISITA MEDICA	CERTIFICATO MEDICO DI PRATICA SPORTIVA OBBLIGATORIO 40€		