

*Scopri l'effetto
#SpiritoSportivo*

CORSI DI GINNASTICA POSTURALE 2020 | 2021





REGOLAMENTO PRENOTAZIONI CORSI DI GINNASTICA POSTURALE

Corsi di ginnastica con metodi: Pilates, Pilates Activity, Hatha Yoga e Ginnastica Posturale.

L'ingresso ai corsi "posturali" svolti dopo le ore 12:00 è consentito solo su prenotazione.

Il numero di prenotazioni disponibili dipende dal tipo di abbonamento scelto.

Esaurite le prenotazioni possono essere integrate con apposito tesserino da 12 lezioni, valide fino alla scadenza dell'abbonamento.

In caso di rinnovo le prenotazioni acquistate come integrazioni saranno recuperabili.

Le prenotazioni comprese nell'abbonamento non utilizzate scadranno contemporaneamente all'abbonamento e non saranno recuperabili.

La prenotazione può essere effettuata con 15 giorni di anticipo e fino ad un massimo di 10 attive.

L'eventuale disdetta effettuata fino a 12 ore antecedenti la lezione verrà reintegrata, in caso contrario la prenotazione verrà automaticamente scalata.

IMPORTANTE

Per consentire a tutti di partecipare evitando di lasciare posti occupati e non utilizzati si richiede la massima attenzione e disponibilità nel disdire sempre in caso di assenza.

Prenotazione Corsi

Entrare nel sito: www.gyms.it

Cliccare la finestra **PRENOTAZIONI – SOCI**

Inserire nel nome utente **nome.cognome**

cliccare su "Ho dimenticato la password" per impostare la propria

L'abbonamento corsi di ginnastica posturale comprende l'ingresso open alla Sala Vivacità (cardio training)



ORARIO 2020 | 2021

LUN	armonia	8.45 - 9.45 HATHA YOGA				12.45 - 13.45 PILATES	17.30 - 18.15 PILATES	18.15 - 19.00 PILATES	18.15 - 19.00 PILATES	19.00 - 20.00 HATHA YOGA	
MAR	armonia	8.45 - 9.30 PILATES	9.30 - 10.15 POSTURAL	10.15 - 11.00 PILATES		12.45 - 13.45 HATHA YOGA		18.30 - 19.15 PILATES ACTIVITY	19.15 - 20.00 PILATES ACTIVITY	20.00 - 20.45 POSTURAL	
MER	armonia						17.30 - 18.15 PILATES	18.15 - 19.00 PILATES	19.00 - 20.00 HATHA YOGA		
GIO	armonia	8.45 - 9.45 HATHA YOGA		9.45 - 10.30 PILATES		12.45 - 13.45 HATHA YOGA		18.30 - 19.15 PILATES ACTIVITY	19.15 - 20.00 PILATES ACTIVITY	20.00 - 20.45 POSTURAL	
VEN	armonia					12.45 - 13.45 PILATES		18.15 - 19.00 PILATES ACTIVITY	19.00 - 20.00 HATHA YOGA		
SAB	armonia		9.30 - 10.30 POSTURAL								

Spirito Sportivo Società Sportiva Dilettantistica a r.l.

Viale Lombardia, 49 | 21013 Gallarate VA | T. 0331 774513 | segreteria@gyms.it | www.gyms.it