

Regalati il benessere! Oltre 25 ore di corsi a settimana e ingressi illimitati in sala pesi nel catalogo 2022-23 di Polisportiva Pontevecchio Bologna.

Mantieniti in forma con proposte per tutti i livelli e tutte le età di Polisportiva Pontevecchio Bologna!

Prenotazione obbligatoria tramite App Palestre, scaricabile su App Store e Google Play, o tramite un WhatsApp al 3497102170.

ABBONAMENTO WELLNESS ALL INCLUSIVE

- 45 € al mese per usufruire senza limiti dal nostro catalogo di attività 2022-23.
- Oltre 25 ore di corsi a settimana tra cui scegliere + ingressi illimitati in sala pesi (vedi "Orari Sala Pesì");
- Prenotazione facile e veloce tramite **App Palestre**, scaricabile da App Store e Google Play, o tramite un WhatsApp al 3497102170.
- Acquisto minimo dell'abbonamento: 3 mesi.
- È sempre obbligatorio sottoscrivere la tessera assicurativa annuale, valida fino al 31 agosto 2023, al costo di 28€.

ABBONAMENTO OPEN SALA PESI

- 19 € al mese per accedere senza limiti alla sala pesi del Centro Pertini, via Gubellini 7, Bologna.
- Prenotazione facile e veloce tramite **App Palestre**, scaricabile da App Store e Google Play, o tramite un WhatsApp al 3497102170.
- Acquisto minimo dell'abbonamento: 3 mesi.
- È sempre obbligatorio sottoscrivere la tessera assicurativa annuale, valida fino al 31 agosto 2023, al costo di 28€.

PACCHETTO INGRESSI

- 49 euro per accedere a 8 lezioni wellness da 50 minuti e/o ingressi in sala pesi.
- Prenotazione facile e veloce tramite **App Palestre**, scaricabile da App Store e Google Play, o tramite un WhatsApp al 3497102170.
- È sempre obbligatorio sottoscrivere la tessera assicurativa annuale, valida fino al 31 agosto 2023, al costo di 28€.

CORSI E ORARI WELLNESS

L'istruttore indicato nella tabella riepilogativa potrebbe variare.

Iscrizione: recati presso la segreteria di Pontevecchio Bologna in via Gubellini 7, primo piano o online mandando una mail a wellness@pontevecchiobologna.it.

Palinsesto ridotto per il periodo estivo, valido dal 19 settembre 2022 al 30 settembre 2022 e nel mese di giugno 2023.

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	POSTURAL FITNESS 16.00 - 16.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: DONATA FIT PILATES 17.00 - 17.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: DONATA				
AEROTONE 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA	TONE UP 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: DONATA	HIIT CIRCUIT 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA		INTERVAL TRAINING 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: SILVIA	
STRETCHING & ADDOMINALI 18.30 - 19.20 PALESTRA PIAGET ISTRUTTRICE: DONATA	TOTAL BODY CONDITIONING 18.30 - 19.20 CENTRO DUE MADONNE ISTRUTTRICE: SILVIA	TOTAL BODY (R)EVOLUTION 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA	POSTURAL PILATES 18.30 - 19.20 PALESTRA PIAGET ISTRUTTRICE: DONATA		
TOTAL BODY (R)EVOLUTION 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA		INDOOR CYCLING (SPINNING) 20.00 - 20.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA			

Palinsesto completo, valido dal 1 ottobre 2022 al 31 maggio 2023.

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	EASY FITNESS 10.00 - 10.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: SARA		FIT WALKING 9.30 - 10.30 LUNETTA GAMBERINI ISTRUTTORE: LUCA		
FIT PILATES 11.00 - 11.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: DONATA			FIT PILATES 11.00 - 11.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: DONATA	EASY FITNESS 10.00 - 10.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: SARA	FIT WALKING 10.00 - 11.30 CENTRO PERTINI ISTRUTTRICE: DONATA/SILVIA
	STRETCH & TONE 13.15 - 14.00 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: SARA		CIRCUITO SALA PESI 13.15 - 14.00 CENTRO PERTINI - SALA PESI ISTRUTTRICE: DONATA		
	POSTURAL FITNESS 16.00 - 16.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: DONATA				
GINNASTICA POSTURALE 18.10 - 19.00 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MARINA	FIT PILATES 17.00 - 17.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: DONATA	HIIT CIRCUIT 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA		ADDOMINALI & GLUTEI 17.00 - 17.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: SARA	
AEROTONE 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA	TONE UP 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: DONATA	GINNASTICA POSTURALE 18.10 - 19.00 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MARINA		INTERVAL TRAINING 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: SILVIA	
STRETCHING & ADDOMINALI 18.30 - 19.20 PALESTRA PIAGET ISTRUTTRICE: DONATA	TOTAL BODY CONDITIONING 18.30 - 19.20 CENTRO DUE MADONNE ISTRUTTRICE: SILVIA	TOTAL BODY (R)EVOLUTION 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA	POSTURAL PILATES 18.30 - 19.20 PALESTRA PIAGET ISTRUTTRICE: DONATA		
TOTAL BODY (R)EVOLUTION 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA		GINNASTICA POSTURALE 19.10 - 20.00 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MARINA		INDOOR CYCLING (SPINNING) 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA	
GINNASTICA POSTURALE 19.10 - 20.00 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MARINA		INDOOR CYCLING (SPINNING) 20.00 - 20.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDOONI ISTRUTTRICE: MONICA			