

## Regalati il benessere! Oltre 20 ore di corsi a settimana e ingressi illimitati in sala pesi nel catalogo 2024-25 di Pontevecchio Bologna.

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

### QUANTO COSTA?

- Abbonamento Wellness All Inclusive: € 45,00 al mese con acquisto minimo di tre mesi + tessera associativa.
- Pacchetto Otto ingressi: € 49,00 (valida esclusivamente per i corsi wellness) + tessera associativa.
- Abbonamento Open Sala pesi: € 19,00 al mese con acquisto minimo di 3 mesi + tessera associativa.

### MODALITA' D'ISCRIZIONE

- Tramite bonifico mandando una mail a [wellness@pontevecchiobologna.it](mailto:wellness@pontevecchiobologna.it).
- Presso la segreteria di Via Gubellini, 7 (verifica gli orari di apertura).

### CORSI E ORARI WELLNESS

## Pontevecchio Bologna WELLNESS

Palinsesto ridotto valido dal 16 settembre al 30 settembre 2024 e dall'1 giugno al 30 giugno 2025

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>AREOTONE</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MONICA	<b>TONE UP</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: DONATA	<b>HIIT CIRCUIT</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MONICA	<b>ADDOMINALI&amp;STRETCHING</b> 17.30 - 18.20 PALESTRA PIAGET ISTRUTTRICE: DONATA	<b>GYM TONIC CIRCUIT</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: SILVIA
<b>TOTAL BODY STEP</b> 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MONICA	<b>FIT PILATES</b> 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: DONATA	<b>TOTAL BODY (R)EVOLUTION</b> 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: MONICA		<b>STEPPA CHE TI PASSA</b> 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: SILVIA
<b>INDOOR CYCLING (SPINNING)</b> 20.00 - 20.50 CENTRO PERTINI SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: MONICA				

\*Il palinsesto potrebbe subire variazioni, per tutti gli aggiornamenti seguici sul nostro sito [www.pontevecchiobologna.it/wellness](http://www.pontevecchiobologna.it/wellness)

### PONTEVECCHIO BOLOGNA WELLNESS

info@pontevecchiobologna.it - [www.pontevecchiobologna.it/wellness](http://www.pontevecchiobologna.it/wellness)  
facebook.com/pv.bologna.wellness - [instagram.com/pv\\_bologna\\_wellness](https://www.instagram.com/pv_bologna_wellness) - [bit.ly/PV-youtube](https://bit.ly/PV-youtube)

# Pontevecchio Bologna WELLNESS

Palinsesto valido dal 16 settembre 2024 al 31 maggio 2025

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	<b>POWER STRETCHING</b> 9.30 - 10.30 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTORE: COSIMO			<b>POWER STRETCHING</b> 9.00 - 10.30 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTORE: COSIMO
	<b>EASY FITNESS</b> 10.00 - 10.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: SARA			<b>EASY FITNESS</b> 10.00 - 10.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: SARA
<b>FIT PILATES</b> 11.00 - 11.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: DONATA			<b>ADDOMINALI &amp; STRETCHING</b> 11.00 - 11.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: DONATA	
<b>GYM TRAINING</b> 12.00 - 13.00 CENTRO PERTINI - SALA PESI ISTRUTTRICE: DONATA				
<b>EASY TONE UP</b> 13.00 - 13.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: DONATA	<b>POSTURAL PILATES</b> 17.00 - 17.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: DONATA			
<b>AEROTONE</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: MONICA	<b>TONE UP</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: DONATA	<b>HIIT CIRCUIT</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: MONICA		<b>GYM TONICA CIRCUIT</b> 18.00 - 18.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: SILVIA
<b>ADDOMINALI &amp; STRETCHING</b> 18.30 - 19.20 PALESTRA PIAGET ISTRUTTRICE: DONATA			<b>POSTURAL PILATES</b> 18.30 - 19.20 PALESTRA PIAGET ISTRUTTRICE: DONATA	
<b>TOTAL BODY STEP</b> 19.30 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA LEGNO ISTRUTTRICE: MONICA	<b>FIT PILATES</b> 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: DONATA	<b>TOTAL BODY (R)EVOLUTION</b> 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: MONICA		<b>STEPPA CHE TI PASSA</b> 19.00 - 19.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: SILVIA
<b>INDOOR CYCLING (SPINNING)</b> 20.00 - 20.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: MONICA		<b>INDOOR CYCLING (SPINNING)</b> 20.00 - 20.50 CENTRO PERTINI - SALA GOLDONI ISTRUTTRICE: MONICA		

\*Il palinsesto potrebbe subire variazioni, per tutti gli aggiornamenti seguici sul nostro sito [www.pontevecchiobologna.it/wellness](http://www.pontevecchiobologna.it/wellness)

## COME ACCEDERE AI CORSI WELLNESS E ALLA SALA PESI

Per la sala pesi e per i corsi wellness è obbligatoria la prenotazione tramite App Palestre (scaricabile da App Store e Google Play) o inviando un messaggio WhatsApp al numero dedicato al wellness 3497102170.

Prenota la tua lezione di prova scrivendo al numero Whatsapp 3497102170.

## PREZZI PERIODO ESTIVO

- Da 1/9/24 A 30/9/24: € 20,00 abbonamento sala pesi + corsi wellness (palinsesto ridotto con inizio corsi da 16/9/24).
- Da 1/6/25 A 30/6/25: € 30,00 abbonamento all inclusive (con palinsesto ridotto).
- Da 1/7/25 A 15/7/25 € 8,00 a lezione da pagare in loco (palinsesto da definire).

L'istruttore indicato nella tabella riepilogativa potrebbe variare.

## PONTEVECCHIO BOLOGNA WELLNESS

info@pontevecchiobologna.it - [www.pontevecchiobologna.it/wellness](http://www.pontevecchiobologna.it/wellness)  
facebook.com/pv.bologna.wellness - [instagram.com/pv\\_bologna\\_wellness](https://www.instagram.com/pv_bologna_wellness) - [bit.ly/PV-youtube](https://www.youtube.com/channel/UC...)