



**S.S.D. "Nuoto Club Castiglione"**



## **PALESTRE ESTATE 2026**

✓ **CORSI FITNESS dal 03/06 al 01/08/26**

*Programmazione invernale dal 7 settembre 2026*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
TRAINING INTERMEDIO 8.10/9.00	GINNASTICA YOGA NEL PRATO 9.00/9.50			TRAINING INTERMEDIO 8.10/9.00	
POSTURALE 9.10/10.00				POSTURALE 9.10/10.00	BODYSCULPT 10.00/10.50
		CIRCUIT TRAINING 12.45/13.35			
FUNZIONALE 18.00/18.50	TRAINING INTERMEDIO 18.40/19.30	BODY SCULPT 18.00/18.50	FUNZIONALE 18.00/18.50	TRAINING INTERMEDIO 18.40/19.30	
CIRCUIT TRAINING 19.00/19.50		GINNASTICA YOGA 19.00/19.50	CIRCUIT TRAINING 19.00/19.50		

### **SALA PESI ORARI DI APERTURA:**

dal lunedì al venerdì apertura 7.45/20.00 – sabato e domenica 9.00/19.00

L'istruttore è presente in sala in giugno e luglio:

Lunedì 17.00/20.00 Davide Mercoledì 16.00/18.00 Dik Venerdì 9.00/14.00 Dik

Il sabato e la domenica, In caso di maltempo per tutta la giornata, la palestra potrebbe essere chiusa, quindi prima di accedere al Centro, chiama per info orari allo 0376 632772.

Gli eventuali giorni di chiusura verranno aggiunti alla durata del tuo abbonamento.

### **DOCUMENTAZIONE E ASSICURAZIONI**

certificato medico per attività sportiva non agonistica obbligatorio, originale da visionare, assicurazione infortuni € 10,00, badge personale di accesso € 5,00

## **POLO NATATORIO COMUNALE S.PIETRO**

Castiglione delle Stiviere (MN)

Via Don Mazzolari, 2

Tel 0376 632772 - [www.centronuotocastiglione.com](http://www.centronuotocastiglione.com)

mail [segreteria@centronuotocastiglione.it](mailto:segreteria@centronuotocastiglione.it) – messaggi whatsapp 333 4362226