



CORSO PER BAMBINI

Orari:

- **BAMBINI** Lunedì e giovedì - martedì e venerdì – mercoledì
16,20/17,05 – 17,00/17,50 - 17,45/18,35
Sabato: (dal 1° ottobre): 15,00/15,45 – 15,45/16,30

PER CORSI 2 VOLTE A SETTIMANA

TURNO N° 1: LUNEDI/GIOVEDI

Tariffe:

Bambini da 4 a 14 anni

TURNO N° 2 MARTEDI/VENERDI

2 mesi

101,00

PER CORSI 1 VOLTA A SETTIMANA

TURNO N° 3: specificare il giorno

Tariffe:

Bambini da 4 a 14 anni

2 mesi

66,00

CORSO PER ADULTI

Orari:

- **ADULTI** Lunedì e giovedì - martedì e venerdì
12,50/13,35 (solo lun/giov) – 17,50/18,35 (solo lun/giov) - 18,35/19,20 - 19,20/20,05 -
20,05/20,50
Mercoledì: 18,35/19,20 – 19,20/20,05

PER CORSI 2 VOLTE A SETTIMANA

TURNO N° 1: LUNEDI/GIOVEDI

Tariffe:

Adulti

TURNO N° 2 MARTEDI/VENERDI

2 mesi

119,00

PER CORSI 1 VOLTA A SETTIMANA

TURNO N° 3: per corsi adulti solo il mercoledì

Tariffe:

Adulti

2 mesi

68,00



CIRCOLO DIPENDENTI BANCA POPOLARE DI VICENZA

SUPER CORSO ADULTI

Corso di nuoto di 1 ora con 2 frequenze settimanali con livello natatorio 5° 6°.

LUNEDÌ e GIOVEDÌ / MARTEDÌ e VENERDÌ ore 19,20/20,20

TARIFFE: iscrizione € 33,30 2 mesi € 151,50

SUPER CORSO JUNIOR (11/15 anni)

Corso di nuoto di 1 ora con 2 frequenze settimanali con livello natatorio 5° 6°.

MARTEDÌ e VENERDÌ ore 17.50/19.20

TARIFFE: iscrizione € 33,30 2 mesi €. 147,00

NEW: CORSO PERFEZIONAMENTO

Attività stagionale dal 16 settembre al 5 giugno rivolto a ragazzi dal 3° livello natatorio.

LUNEDÌ – MERCOLEDÌ – GIOVEDÌ ore 15,20/16,20

TARIFFE: iscrizione € 33,30 STAGIONALE €. 474,00

NUOTO SINCRONIZZATO

PER CORSI 2 VOLTE A SETTIMANA

2 MESI € 101,00

CIRCOLO DIPENDENTI DELLA BANCA POPOLARE DI VICENZA

SEDE LEGALE VIA BTG. FRAMARIN, 18 - 36100 VICENZA – C.F.95026590240

SEGRETERIA: TEL. 0444/339536 - FAX 0444/537448- E-MAIL: CIRCOLO@POPVI.IT – WWW.POPOLAREVICENZA.IT/CIRCOLONEW

ORARIO DI APERTURA AL PUBBLICO DELLA SEGRETERIA LUN.-MERC.-VEN. DALLE 14,00 ALLE 16,00



PROGRAMMA ACQUAFITNESS 2014/2015

ACQUA GYM

LUNEDÌ E GIOVEDÌ

09,30/10,15 – 12,50/13,35 – 13,35/14,20 – 17,00/17,45
17,45/18,30 – 18,35/19,20 – 19,20/20,05 – 20,15/21,00 (a. gag)

MARTEDÌ E VENERDÌ

08,30/09,15 – 09,15/10,00 – 10,00/10,45 – 12,50/13,35 (a. gag) - 17,45/18,30 –
18,30/19,15 – 19,15/20,00 - 20,15/21,00

MERCOLEDÌ

09,00/09,45 – 17,00/17,45 – 17,45/18,30 – 18,30/19,15 – 19,20/20,05 -20,05/20,50

SABATO

09,30/10,15

TARIFFE:

CORSO DA 45'

1 giorno a settimana

Iscrizione annua: euro 33,30

2 giorni a settimana

2 mesi	59,50
5 mesi	129,00
10 mesi	231,00

109,00
245,00
427,50

SOFT PILATES

LUNEDÌ E GIOVEDÌ 15,20/16,05

TARIFFE:

SOFT PILATES 46,00

Iscrizione annua: euro 33,30

81,00

HYDROBIKE & GYM

Allenamento intenso con utilizzo di bike e piccoli attrezzi per stimolare, tonificare e drenare gli arti inferiori.

LUNEDÌ E GIOVEDÌ 18,30/19,30 MARTEDÌ E VENERDÌ 19,25/20,15

CIRCUIT TRAINING (50 minuti)

Lavoro a circuito in acqua. Un mix esplosivo di acquagym, bike e tapis roulant.

LUNEDÌ 08,25/09,15 – 12,50/13,40 – 13,40/14,30

GIOVEDÌ 08,20/09,15

MARTEDÌ E VENERDÌ 09,00/09,50 – 18,35/19,25



WATER TRAINING (50 minuti)

Lavoro intensivo con l'utilizzo dei grandi attrezzi acquatici (bike e tapis roulant).

MERCOLEDÌ 12,50/13,40 – 19,15/20,05

ACQUA TECNICA (45 minuti)

Un nuovo modo di vivere l'acqua! Si approfondiscono le tecniche dell'acquafitness e del nuoto in generale, senza tralasciare la bonificazione e l'allenamento funzionale.

MARTEDÌ E VENERDÌ 13,35/14,20

ACQUA TRAINING (45 minuti)

Corso che abbina esercizi dell'acquagym e del nuoto per una tonificazione generale. Svolto in vasca da 25 mt.

MERCOLEDÌ' 13,15/14,00

HYDROBIKE & GYM - CIRCUIT/WATER TRAINING - ACQUA TECNICA - ACQUA TRAINING

TARIFFE:

Iscrizione annua: euro 33,30

	1 giorno a settimana	2 giorni a settimana
2 mesi	68,00	122,00
5 mesi	155,00	275,00
10 mesi	279,00	480,00



ACQUA FREE

Hai problemi di orario? L'Acqua Free è l'attività giusta per te! E' possibile iscriversi ad un corso free per la quale e' obbligatoria la prenotazione delle lezioni in qualsiasi corso di acquagym previa disponibilità di posti.

TARIFFE:

Iscrizione annua: euro 33,30

ACQUAGYM FREE

	1 giorno a settimana	2 giorni a settimana
2 MESI	64,00	117,50
5 MESI	141,00	262,00
10 MESI	249,00	450,50

OPEN ACQUAFITNESS

12 mesi di attività con frequenza fino ad un massimo di 5 lezioni settimanali, nuoto libero e un settore in piu' a scelta

TARIFFE:

Iscrizione annua: euro 33,30

11 MESI 785,00 euro

TESSERA GENITORI ISCRIZIONE ANNUA 33,30

Tuo figlio under 14 partecipa alle nostre attività e tu vorresti fare altrettanto mentre lo aspetti?

Hai la possibilità di frequentare la sala fitness oppure un corso di acquagym durante lo stesso orario del corso di tuo figlio.

	1 volta	2 volte
2 mesi fitness	€ 46,50	€ 78,00
2 mesi acquagym	€ 59,00	€ 108,00



TESSERE - GOLD - SILVER

TESSERA GOLD

Tessera Open con **validità 12 mesi** dalla data di acquisto.

PISCINA: Frequenza a corsi di nuoto, acqua fitness (previa prenotazione fino ad un massimo di 5 lezioni settimanali) e nuoto libero.

CORPO LIBERO: Frequenza libera ai corsi.

FITNESS: Accesso libero con orario open.

THERMARIUM: Accesso libero (previa prenotazione).

INDOOR CYCLING: Frequenza libera (previa prenotazione).

WALKING PROGRAM: Frequenza libera (previa prenotazione).

SANDA': Frequenza al corso.

TESSERA SILVER

Tessera con **validità 12 mesi** dalla data di acquisto con possibilità di accedere ai servizi della tessera GOLD **fino alle ore 15.00**.

Iscrizione annua 33,30 euro

GOLD 1.007,00 euro

SILVER 806,00 euro



SALA FITNESS

Dal **lunedì al venerdì** 07.00/22.00 **Sabato** 09.00/19.00 **Domenica** 09.00/14.00

Iscrizione annua	33,30 euro
1 ingresso open non iscritto	15,00 euro
1 ingresso open iscritto	12,00 euro
10 ingressi open iscritto (validità 3 mesi)	100,00 euro

Fascia 07.00/12.00

Dal lunedì al venerdì si può entrare in sala dalle 7.00 alle 12.00 mentre durante il weekend si può usufruire in orario open.

Iscrizione annua	33,30 euro
2 mesi	65,00 euro
6 mesi	168,00 euro
Annuale (12 mesi)	325,00 euro
Annuale + thermarium (12 mesi)	419,00 euro

Fascia open

Iscrizione annua	33,30 euro
2 mesi	94,50 euro
6 mesi	245,00 euro
Annuale (12 mesi)	416,00 euro
Annuale + thermarium (12 mesi)	506,00 euro

FORMULE OPEN

WELLNESS: formula open con thermarium, nuoto libero, sala fitness, corpo libero, indoor cycling e walking compresi.

3 mesi	€ 262,00	6 mesi	€ 443,00	12 mesi	€ 757,00
--------	----------	--------	----------	---------	----------

SPORT: formula open con fitness, corpo libero, indoor cycling, e walking compresi.

3 mesi	€ 247,00	6 mesi	€ 413,00	12 mesi	€ 701,00
--------	----------	--------	----------	---------	----------

RELAX: formula open con thermarium, nuoto libero e sala fitness compresi.

3 mesi	€ 227,00	6 mesi	€ 382,00	12 mesi	€ 646,00
--------	----------	--------	----------	---------	----------

WATER RELAX: 1 corso bisettimanale a scelta fra acquafitness o corso nuoto + nuoto libero + thermarium.

3 mesi	€ 252,00
--------	----------

CIRCOLO DIPENDENTI DELLA BANCA POPOLARE DI VICENZA

SEDE LEGALE VIA BTG. FRAMARIN, 18 - 36100 VICENZA - C.F.95026590240

SEGRETERIA: TEL. 0444/339536 - FAX 0444/537448 - E-MAIL: CIRCOLO@POPVI.IT - WWW.POPOLAREVICENZA.IT/CIRCOLONEW

ORARIO DI APERTURA AL PUBBLICO DELLA SEGRETERIA LUN.-MERC.-VEN. DALLE 14,00 ALLE 16,00



CORPO LIBERO

Quote

Iscrizione annua	33,30 euro
1 ingresso open non iscritto	15,00 euro
1 ingresso open iscritto	12,00 euro
10 ingressi open iscritto (validità 3 mesi)	100,00 euro

Fascia 07.00/12.00 (corpo libero + sala fitness)

2 mesi	94,00 euro
--------	------------

Fascia open (corpo libero + sala fitness)

2mesi	116,00 euro
6 mesi	313,00 euro
12 mesi	536,00 euro

Inoltre la nostra struttura offre le seguenti attività:

CORSO ACQUATICITA' PER BAMBINI DA 3 MESI A 4 ANNI

LEZIONI DI NUOTO INDIVIDUALI - CORSO GESTANTI - GINNASTICA DOLCE
GINNASTICA VERTEBRALE - GINNASTICA POSTURALE - STRETCHING & PILATES
WALKING PROGRAM - INDOOR CYCLING
BALLI: BALLO LISCIO; BALLO CARAIBICO; ZUMBA; - DANZA CLASSICA;
DANZA MODERNA; DANZA HIP-HOP; TIP TAP; MUSICAL
GINNASTICA RITMICA
ARTI MARZIALI: KUNG-FU WUSHU; TAIJIQUAN; TAIJI TUI SHOU; - HATHA YOGA
THERMARIUM: IDROMASSAGGIO; BAGNO TURCO; SAUNA
GIOCO PSICOMOTORIO
SQUADRE AGONISTICHE DI NUOTO - PALLANUOTO NUOTO SINCRONIZZATO
VIDEO DANCE



INOLTRE NOVITA'

La nostra attuale organizzazione ci permette di proporre una convenzione tra il Centro estetico "IO ESTETICA" e la vostra azienda riservando ai Vostri dipendenti pacchetti con **prezzi agevolati**, un ulteriore **sconto del 10%** sugli altri servizi non compresi tra i pacchetti.

Di seguito la nostra proposta:

PACCHETTO DEPILAZIONE comprende:

- 5 depilazioni parziali a € 75,00 (invece di € 110,00)
- 5 depilazioni totali a € 110,00 (invece di € 150,00)

PACCHETTO PEDICURE comprende:

- 5 pedicure più 5 manicure a € 150,00 (invece di € 200,00)

PACCHETTO MASSAGGI comprende:

- 5 massaggi da 25 minuti a € 85,00 (invece di € 120,00)



CIRCOLO DIPENDENTI BANCA POPOLARE DI VICENZA

**PER MAGGIORI INFORMAZIONI RIVOLGERSI IN
SEGRETERIA AL CENTRO SPORT PALLADIO
0444/963466**

**NOTA BENE: PER QUALSIASI ATTIVITA'
SOPRA DESCRITTE SI RICHIEDE IL
CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITA'
ENTRO UN MESE DALLA DATA DI
ISCRIZIONE.**

**PER RAGIONI ORGANIZZATIVE SI PREGA DI DARE
LA PROPRIA ADESIONE AL CIRCOLO ENTRO
MERCOLEDI 18 GENNAIO 2015 SPECIFICANDO
COSA SI DESIDERA FARE.**

CIRCOLO DIPENDENTI DELLA BANCA POPOLARE DI VICENZA

SEDE LEGALE VIA BTG. FRAMARIN, 18 - 36100 VICENZA - C.F.95026590240

SEGRETERIA: TEL. 0444/339536 - FAX 0444/537448 - E-MAIL: CIRCOLO@POPVI.IT - WWW.POPOLAREVICENZA.IT/CIRCOLONEW

ORARIO DI APERTURA AL PUBBLICO DELLA SEGRETERIA LUN.-MERC.-VEN. DALLE 14,00 ALLE 16,00