

ATTENZIONE:

LEGGERE LE MISURE DI SICUREZZA

E I REGOLAMENTI DELLE SINGOLE ATTIVITA'

PRIMA DI ACCEDERE AL CENRTO

CONTATTI

- ☎ 0424.472026
- ☎ 351.7568566 (solo messaggi)
- 🌐 QUIFIT.COM
- 📌 @quifit (taggaci!)

📣 Ricevi i nostri aggiornamenti su Whatsapp:

- aggiungi alla tua rubrica 351.7568566

- poi scrivici "news" su Whatsapp.

NB: via Whatsapp non riceviamo prenotazioni né telefonate!

QUIFIT S.S.D. a R.L. - Via Leonardo Da Vinci 9, Marostica (VI)

ORARI FITNESS E CORSI



ANTEPRIMA CORSI STAGIONE SPORT. 2022/23 DAL 5 SETTEMBRE



QUIFIT
Fitness & Wellness Club



Ginnastica finaliz. alla salute e al fitness

Ginnastica per tutti

Ginnastica Aerobica

Body Building

Trampolino Elastico

Indoor Cycling

ATTENZIONE:

LEGGERE LE MISURE DI SICUREZZA

E I REGOLAMENTI DELLE SINGOLE ATTIVITA'

PRIMA DI ACCEDERE AL CENRTO

CONTATTI

- ☎ 0424.472026
- ☎ 351.7568566 (solo messaggi)
- 🌐 QUIFIT.COM
- 📌 @quifit (taggaci!)

📣 Ricevi i nostri aggiornamenti su Whatsapp:

- aggiungi alla tua rubrica 351.7568566

- poi scrivici "news" su Whatsapp.

NB: via Whatsapp non riceviamo prenotazioni né telefonate!

QUIFIT S.S.D. a R.L. - Via Leonardo Da Vinci 9, Marostica (VI)

ORARI FITNESS E CORSI



ANTEPRIMA CORSI STAGIONE SPORT. 2022/23 DAL 5 SETTEMBRE



QUIFIT
Fitness & Wellness Club



Ginnastica finaliz. alla salute e al fitness

Ginnastica per tutti

Ginnastica Aerobica

Body Building

Trampolino Elastico

Indoor Cycling

SALA FITNESS

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
07:30 - 22:00	08:30 - 22:00	08:30 - 22:00	07:30 - 22:00	08:30 - 21:00	09:00 - 17:00

Obbligatorio asciugamano tergi sudore e scarpe pulite cambiate in spogliatoio. Portare con sé un panno in microfibra per la pulizia degli attrezzi utilizzati. La sala fitness è riservata ad iscritti con abbonamento Basic, Easy Gym o Combo. Per le schede di allenamento con istruttore è richiesto l'appuntamento (durata circa 1h). E' previsto fino ad un cambio scheda ogni 2 mesi.

CORSI, METODI:	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9:00	Total Body ③		Stretch & Tone ③		Total Body ③	
12:45	Functional Tr. ③		Functional Tr. ③			
14:30						Functional Tr. ☆
18:00	Functional Tr. ☆	Total Body ①			Total Body ③	
18:15				Aerobic Fit ①		
18:30		JoyWalk & Tone ③			JoyWalk & Tone ③	
18:45	Functional Tr. ①		Functional Tr. ③			
19:00	Functional Tr. ☆	Total Body ①				
19:15				Jumping ☆		
19:30				Functional Tr. ③		
19:45	Functional Tr. ①		Functional Tr. ③			① = corso attivo dal 05/09 al 25/09
20:00	Functional Tr. ☆	Jumping ☆				☆ = a partire da lunedì 26/09/22

Necessaria prenotazione per garantire le attività. Prendere visione della Guida "FITNESS MUSICALE E FUNZIONALE 2022-2023" per regolamento completo sulle prenotazioni (fronte e retro). Prenotazioni e cancellazioni almeno 2 ore prima su www.quifit.com o da Totem. Corsi attivi con minimo 5 partecipanti. Obbligatorio asciugamano tergi sudore e scarpe pulite cambiate in spogliatoio. Portare con sé un panno in microfibra per la pulizia degli attrezzi utilizzati. Questi corsi sono riservati agli iscritti con abbonamento Energy.

SALA FITNESS

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
07:30 - 22:00	08:30 - 22:00	08:30 - 22:00	07:30 - 22:00	08:30 - 21:00	09:00 - 17:00

Obbligatorio asciugamano tergi sudore e scarpe pulite cambiate in spogliatoio. Portare con sé un panno in microfibra per la pulizia degli attrezzi utilizzati. La sala fitness è riservata ad iscritti con abbonamento Basic, Easy Gym o Combo. Per le schede di allenamento con istruttore è richiesto l'appuntamento (durata circa 1h). E' previsto fino ad un cambio scheda ogni 2 mesi.

CORSI, METODI:	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9:00	Total Body ③		Stretch & Tone ③		Total Body ③	
12:45	Functional Tr. ③		Functional Tr. ③			
14:30						Functional Tr. ☆
18:00	Functional Tr. ☆	Total Body ①			Total Body ③	
18:15				Aerobic Fit ①		
18:30		JoyWalk & Tone ③			JoyWalk & Tone ③	
18:45	Functional Tr. ①		Functional Tr. ③			
19:00	Functional Tr. ☆	Total Body ①				
19:15				Jumping ☆		
19:30				Functional Tr. ③		
19:45	Functional Tr. ①		Functional Tr. ③			① = corso attivo dal 05/09 al 25/09
20:00	Functional Tr. ☆	Jumping ☆				☆ = a partire da lunedì 26/09/22

Necessaria prenotazione per garantire le attività. Prendere visione della Guida "FITNESS MUSICALE E FUNZIONALE 2022-2023" per regolamento completo sulle prenotazioni (fronte e retro). Prenotazioni e cancellazioni almeno 2 ore prima su www.quifit.com o da Totem. Corsi attivi con minimo 5 partecipanti. Obbligatorio asciugamano tergi sudore e scarpe pulite cambiate in spogliatoio. Portare con sé un panno in microfibra per la pulizia degli attrezzi utilizzati. Questi corsi sono riservati agli iscritti con abbonamento Energy.