nekton
treviglio

SALA PESI

PERSONAL TRAINING

CORSI FITNESS

MINI GROUP TRAINING

LA TUA PALESTRA A TREVIGLIO

Autunno 2026

PERSONAL TRAINING

Servizio di allenamento **one to one** su esigenza specifica del cliente.
Rieducazioni motorie e riabilitazione post infortuni e/o interventi chiururgici, con personale altamente qualificato.

	1 persona	2 persone
5 lezioni	**199,00 €**	**130,00 €**
10 lezioni	**359,00 €**	**250,00 €**

MINIGROUP TRAINING

CORSI SPECIALI
10 lezioni

3 persone	**140,00 € cad.**
4 persone	**120,00 € cad.**

VALUTAZIONE FUNZIONALE

Valutazione dei risultati ottenuti con i tuoi allenamenti tramite Test scientifici in modo da programmare al meglio le prossime schede d'allenamento.

Comprende:
- *valutazione ricomposizione corporea*
- *valutazione posturale*
- *valutazione carichi allenati* (massimali e percentuali)

1 VALUTAZIONE	**15,00 €**
5 VALUTAZIONI	**50,00 €**

CORSI FITNESS

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
8:00		Pilates				
9:00					Pilates	
9:30	Ginnastica dolce		Ginnastica dolce			Stretching energetico
10:15			Posturale		Soft Cycling	
10:30						Corso a rotazione
11:00			Soft Cycling		Posturale e stretching	
11:45			Kombat			
12:00	Cycling					
13:00	Cycling	Miniclass	Functional	Tabata	Functional	
14:00	Functional					
17:30	Upper body		Upper body			
18:00	Addome e glutei		Addome			
18:30	Stop & tone	Total body	Fitboxe	Circuit training	Cross Training	
19:15	Functional	Posturale	Pilates	Posturale		
19:30					Kombat	
20:00	Cycling	Kombat	Pilates	Cycling		
21:00		Taekwondo				

FITNESS PACK

5 lezioni	**70,00 €**	*validità 2 mesi*
10 lezioni	**110,00 €**	*validità 4 mesi*

GINNASTICA DOLCE

10 lezioni
lunedì e mercoledì ore 9:30

	1 mese	4 mesi
Monosettimanale	**32,00 €**	**96,00 €**
Bisettimanale	**56,00 €**	**160,00 €**

SALA PESI

ORARI

Lunedì	**09:00**	**22:00**
Martedì	**06:30**	**22:00**
Mercoledì	**09:00**	**22:00**
Giovedì	**06:30**	**22:00**
Venerdì	**06:30**	**22:00**
Sabato	**09:00**	**19:00**
Domenica	**09:00**	**12:30**

ABBONAMENTI

Open fit	Sala pesi + corsi fitness
Open pool	Sala pesi + nuoto libero
Open all inclusive	Sala pesi + corsi fitness + nuoto libero + acquafitness

1 MESE / 3 MESI / 6 MESI / 12 MESI

ALTRE INFORMAZIONI

Costi aggiuntivi per tute le attività e gli abbonamenti

Quota d'iscrizione stagionale	**30,00 €**
Badge	**8,00 €**

Il **Certificato medico con ECG,** è obbligatorio per tutte le attività sportive non agonistiche. Anche per abbonamenti a scalare

nekton
treviglio

Via Abate Crippa, 38 - Treviglio (BG)
+39 0363 303842
segreteria.treviglio@nektongroup.it

IL SITO WEB