

## GINNASTICA DOLCE

Turno annuale: dal 13 settembre  
al 10 giugno 2022

LUNEDI alle 9.00, alle 10.00 e alle 11.00

MARTEDI alle 10.00

GIOVEDI alle 9.00, alle 10.00 e alle 11.00

VENERDI alle 10.00

Frequenza settimanale € 80.00

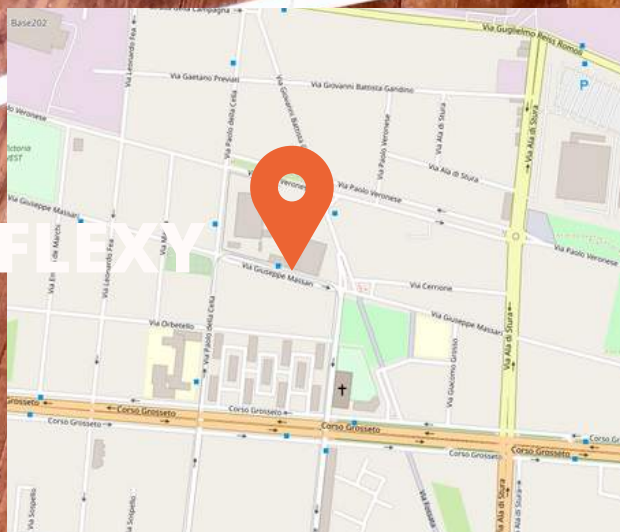
Frequenza bisettimanale € 105.00

VISITE MEDICHE IN SEDE  
PRENOTABILI ALLO  
011.2206211

## AREA PROGETTI & ANIMAZIONE

Il nostro centro polisportivo è molto più di un semplice contenitore di sport! Collaboriamo da anni con scuole e Servizi Sociali presenti sul nostro territorio per contribuire a diffondere benessere e contrastare la povertà educativa.

Sul nostro sito puoi trovare tutti i nostri progetti rivolti a scuole, enti e famiglie; oltre a tutte le informazioni sui villaggi degli sport, veri e propri centri estivi, primaverili ed invernali che si attivano nei periodi di chiusura delle scuole!



Palestra  
Massari

via Massari 114 -Torino

Telefono 011-22.06.211

[piscina@centropolisportivomassari.it](mailto:piscina@centropolisportivomassari.it)

[www.centropolisportivomassari.it](http://www.centropolisportivomassari.it)



centro polisportivo massari



centro\_polisportivo\_massari

CENTRO POLISPORTIVO  
MASSARI

PALESTRA  
MASSARI



DIVENTA SOCIO DI SPORT DI BORGATA!

ALL'ATTO DELLA PRIMA ISCRIZIONE STAGIONALE  
SONO NECESSARI:

- FOTOCOPIA DEL CERTIFICATO MEDICO
- QUOTA ASSOCIATIVA 14 €

I pagamenti possono essere effettuati tramite carta,  
bancomat o bonifico bancario.

Per motivi assicurativi l'avvenuta iscrizione  
non consente l'ingresso il giorno stesso.

ISCRIZIONI ONLINE dal nostro sito  
[www.centropolisportivomassari.it](http://www.centropolisportivomassari.it)  
SOLO su PRENOTAZIONE iscrizioni in sede  
LUNEDI DALLE 9 ALLE 12  
MERCOLEDI DALLE 9 ALLE 12  
GIOVEDI DALLE 13 ALLE 18

2021/22



# FITNESS E BENESSERE

## POWER YOGA

1° Turno: dal 13 settembre al 11 febbraio  
(recuperi dal 14 al 18 febbraio)

2° Turno: dal 21 febbraio al 1° luglio  
(recuperi dal 4 al 8 luglio)

LUNEDI e GIOVEDI 18.30 - 19.30

MARTEDI 17.30 - 18.30 / 18.30 - 19.30

GIOVEDI 13.00 - 14.00

Frequenza settimanale € 100.00

Frequenza bisettimanale € 180.00

Tessere ad ingressi: 5 ingressi 35€

10 ingressi € 60/20 ingressi € 110.00

## PILATES

1° Turno: dal 13 settembre al 11 febbraio  
(recuperi dal 14 al 18 febbraio)

2° Turno: dal 21 febbraio al 1° luglio  
(recuperi dal 4 al 8 luglio)

LUNEDI e MERCOLEDI 11.00

VENERDI 19.00

Frequenza settimanale € 100.00

Frequenza bisettimanale € 180.00

Tessere ad ingressi: 5 ingressi 35€

10 ingressi € 60/20 ingressi € 110.00

## GAG

1° Turno: dal 13 settembre al 11 febbraio  
(recuperi dal 14 al 18 febbraio)

2° Turno: dal 21 febbraio al 1° luglio  
(recuperi dal 4 al 8 luglio)

MARTEDI E GIOVEDI 17.55

Frequenza settimanale € 100.00

Frequenza bisettimanale € 180.00



## FLEXY - Flessibilità

1° Turno: dal 13 settembre al 11 febbraio  
(RECUPERI 14-18 febbraio)

2° Turno: dal 21 febbraio al 1° luglio  
(RECUPERI 4-8 luglio)

VENERDI alle 17.55

Frequenza settimanale € 180.00

## GINNASTICA POSTURALE

1° Turno: dal 13 settembre al 11 febbraio  
(recuperi dal 14 al 18 febbraio)

2° Turno: dal 21 febbraio al 1° luglio  
(recuperi dal 4 al 8 luglio)

LUNEDI alle 10.00 e alle 17.55

MARTEDI alle 11.00 e alle 16.50

MERCOLEDI alle 10.00

VENERDI alle 11.00 e alle 16.50

Frequenza settimanale € 90.00

Frequenza bisettimanale € 120.00

## POLE DANCE

1° Turno: dal 13 settembre al 11 febbraio  
(recuperi dal 14 al 18 febbraio)

2° Turno: dal 21 febbraio al 1° luglio  
(recuperi dal 4 al 8 luglio)

LUNEDI alle 16.55, alle 19.00

GIOVEDI alle 16.50, alle 19.00, alle 20.00

Frequenza settimanale € 260.00

Frequenza bisettimanale € 480.00

(possibilità saldare in due tranche)

LEZIONI PERSONAL:

1/2 persone 35€/ 3 persone 50 €

orari e giorni da concordare con l'istruttrice



# SPAZIO GIOVANI

## VOLLEY

Dal 13 settembre al 10 giugno 2022

## AGONISMO

MARTEDI dalle 17 alle 19

GIOVEDI dalle 16 alle 18

370.00 €

Eventuale terzo allenamento

VENERDI dalle 15 alle 17

+ 160.00€

## AVVIAMENTO

MERCOLEDI dalle 17 alle 19

130 €

## BASKET

Dal 13 settembre al 10 giugno 2022

LUNEDI E VENERDI

dalle 17.00 alle 18.30

Frequenza settimanale € 130

Frequenza bisettimanale € 210

# ARTI MARZIALI

## AIKIDO ADULTI

Lunedì-Mercoledì-Venerdì

dalle 19 alle 20

Frequenza settimanale: mensile 35€/

trimestrale 90€/ annuale 230

Frequenza open sui tre giorni:

mensile 50€/ trimestrale 126€/ annuale 380€

## AIKIDO BAMBINI

(fino ai 10 anni)

Mercoledì dalle 17 alle 18

mensile: 30€/trimestrale:80€/ annuale:200 €

## AIKIDO RAGAZZI

(dagli 11 ai 16 anni)

Mercoledì dalle 18 alle 19

Venerdì dalle 18 alle 19

Frequenza settimanale: mensile 30€

trimestrale 80€/ annuale 200€

Frequenza bisettimanale: mensile 35€

trimestrale 95 €/ annuale 235 €