

HAPPINESS PENSA AL TUO BENESSERE a 360°

non solo attività fisica ma anche ambiente sicuro, meno inquinato e meno inquinante, infatti Happiness utilizza un **FURGONE ALIMENTATO A METANO**, utilizza **OZONO** per trattare l'acqua delle piscine anziché Cloro, effettua periodicamente un protocollo **ANTILEGIONELLA**, ricicla **CARTA** e fa **RACCOLTA DIFFERENZIATA**.



Vogliamo un mondo migliore, meno inquinato e con più rispetto per l'ambiente e tra la gente!

REGOLE BASE CORSI DI GRUPPO

Quelle che seguono sono alcune regole principali da rispettare, si consiglia vivamente di leggere con attenzione l'intero regolamento del Club riportato dietro il proprio abbonamento.

- Calza scarpe idonee all'uso in palestra, perfettamente pulite e non provenienti dall'esterno
- Utilizza un asciugamano personale da utilizzare quando si eseguono esercizi a terra
- Al termine della lezione riponi pesetti, bilancieri e attrezzi vari al loro posto
- E' obbligatorio presentare il certificato medico per attività fisica non agonistica
- Arriva puntuale all'inizio della lezione, dopo 15 min. dall'inizio della lezione l'istruttore può decidere di non ammettere più partecipanti alla lezione
- Le lezioni a prenotazione come **Indoor Cycling, Pilates, Walking, Functional Training, Suspension Training, Cross Training** dovranno essere disdette con almeno 2 ore di anticipo
- La direzione si riserva il diritto di cambiare e/o sospendere le lezioni e gli orari in qualsiasi momento e di annullare le lezioni in cui non si è raggiunto il numero minimo di quattro partecipanti.
Dopo il 31 maggio il presente planning potrà subire una riduzione dei corsi a causa del periodo estivo

 Corsi senza prenotazione

  Corsi a prenotazione obbligatoria

Corsi extra (abbonamento a parte)

 **Baila con Migo** STEFANO MORESCHI 338 3400320

Thai Chi Chuan LUCA PACCUSSE 340 7039259

Boogie/Rock'n'Roll CHARLIE ROCK 347 2995707

 Corsi danza **Area Axè** FEDERICA 333.3901741
SILVIA ROSSI 345.1351846

ORARIO D'APERTURA

Lunedì, Mercoledì e Venerdì 8:00 - 21:30

Martedì e Giovedì 8:30 - 21:30

Sabato 9:00 - 19:00 / Domenica 9:30 - 13:00



Gestione PRIMA S.S.D. a R.L.

PLANNING CORSI

Valido dal 2 Settembre 2019
al 31 maggio 2020

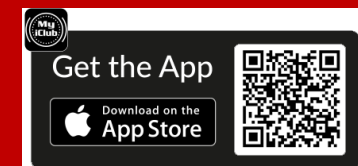
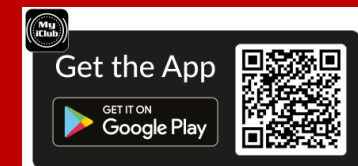
Happiness Sport & Fitness Chiaravalle
Via Maestri del Lavoro17, 60033 Chiaravalle (AN)

Tel. e Fax 071/744801

gestione PRIMA S.S.D. a R.L.

**www.happinessgroup.it -
chiaravalle@happinessgroup.it**

Per prenotare le tue lezioni scarica la
nostra App gratuita
My iClub Happiness Chiaravalle



PLANNING CORSI

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			SABATO		
SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3
	8:30 WEP												8:30 WEP				
9:30 TEMPORARY YOGA FIT	9:25 WEP		9:30 FUNCTIONAL TRAINING			9:30 TEMPORARY ABS & GLU			9:30 TEMPORARY YOGA FIT	9:30 TEMPORARY WALKING P.		9:30 FUNCTIONAL TRAINING	9:25 WEP		9:30 TEMPORARY YOGA FIT	9:30 WALKING PROGRAM®	
10:30 PILATES	10:20 WEP		10:30 SUSPENSION TRAINING			10:20 WEP			10:30 PILATES			10:30 SUSPENSION TRAINING	10:20 WEP		10:30 SUSPENSION TRAINING		
13:15 SUSPENSION TRAINING				13:15 WALKING PROGRAM®		13:15 CROSS CARDIO				13:15 WALKING PROGRAM®				13:15 TEMPORARY WALKING PROGRAM®			
14:30 TEMPORARY PILATES						14:30 PILATES											
16:15 CLASSICA	16:15 MODERN KIDS					16:30 GIOCO DANZA	16:15 CLASSICA	16:15 MODERN KIDS		16:20 WEP							
17:15 MODERN INTERM.	17:15 BREAKING		17:20 WEP			17:15 MODERN INTERM.	17:15 BREAKING			17:20 WEP			17:10 WEP				
18:15 ABS & GLU	18:20 WALKING PROGRAM®	18:10 TEMPORARY CROSS TR	18:15 TEMPORARY REGGAETON	18:15 HIP HOP JUNIOR		18:15 ABS & GLU	18:20 WALKING PROGRAM®	18:00 WEP	18:30 SUSPENSION TRAINING	18:15 HIP HOP JUNIOR	18:15 TEMPORARY REGGAETON	18:15 ABS & GLU	18:20 WALKING PROGRAM®	18:10 WEP			
19:00 PILATES	19:15 WALKING	19:00 CROSS TRAINING	19:00 SUSPENSION TRAINING	19:20 INDOOR CYCLING	18:45 FUNCTIONAL TRAINING	19:00 PILATES	19:15 WALKING PROGRAM®	19:00 CROSS TRAINING	19:15 VIDEO DANCE	19:20 INDOOR CYCLING	19:00 FUNCTIONAL BODY WEIGHT	19:10 WEP	19:15 TEMPORARY WALKING	19:10 CROSS TRAINING			
20:00 YOGA FIT				20:30 JAZZ FUNK		19:45 SUSPENSION TRAINING			20:15 YOGA FIT	20:30 JAZZ FUNK							
			21:00 BOOGIE ROCK'N'ROLL						21:00 KIZOMBA								
									22:00 BALLI CARAIBICI	22:00 KIZOMBA INTERMEDIO							



Attività Sportiva Ginnastica finalizzata alla Salute ed al Fitness, COD. BI001 elenco discipline ammissibili CONI