ANTIDOTE 27

FITNESS & TRAINING

L'Aquila del tuo Benessere

@antidote27_

OFFICIAL

HYROX GYM

WORLD SERIES OF FITNESS RACING

- SALA PESI
- CROSSTRAINING
- SALE CORSI
- PILATES
- REFORMER

STAGIONE **2026/2027**

OGNI ABBONAMENTO SOTTOSCRITTO RICHIEDE L'OBBLIGO DI ISCRIZIONE ANNUALE € 25 E CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO IN CORSO DI VALIDITÀ

	SALA PESI	SALE CORSI	SALA PESI + SALE CORSI	CALISTHENICS	CROSSTRAINING	SALA PESI + SALE CORSI + CROSSTRAINING	SALA PESI + CROSSTRAINING	SALE CORSI + CROSSTRAINING
1 MESE	€ 75	€ 85	€ 90	€ 60	€ 90	€ 125	€ 100	€ 100
3 MESI	€ 200	€ 225	€ 250	€ 150	€ 255	€ 310	€ 290	€ 290
12 MESI	€ 550	€ 550	€ 600	€ 395	€ 650	€ 850	€ 750	€ 750
INGRESSO SINGOLO	€ 15	€ 15		€ 10	€ 15			
10 INGRESSI	€ 100	€ 100		€ 70	€ 100	€ 120		

LISTINO PREZZI

Tutte le lezioni sono garantite da Settembre a Luglio e con un minimo di 3 partecipanti.

Gli abbonamenti SALE CORSI non comprendono le lezioni di PILATES e PSICOMOTRICITÀ EDUCATIVA (3-5 anni).

Per informazioni chiedere alla reception.

	SALA PESI	SALE CORSI	SALA PESI + SALE CORSI	CROSSTRAINING	SALA PESI + SALE CORSI + CROSSTRAINING	SALA PESI + CROSSTRAINING	SALE CORSI + CROSSTRAINING	PSICOMOTRICITÀ EDUCATIVA (3-5 ANNI)
1 MESE	€ 55	€ 65	€ 75	€ 75	€ 100	€ 80	€ 80	
3 MESI	€ 150	€ 170	€ 190	€ 200	€ 240	€ 220	€ 220	
12 MESI	€ 440	€ 440	€ 490	€ 540	€ 740	€ 640	€ 640	
INGRESSO SINGOLO	€ 15	€ 15		€ 15				€ 10
10 INGRESSI	€ 100	€ 100		€ 100				MONOSETTIMANALE € 60
20 INGRESSI								BISETTIMANALE € 100

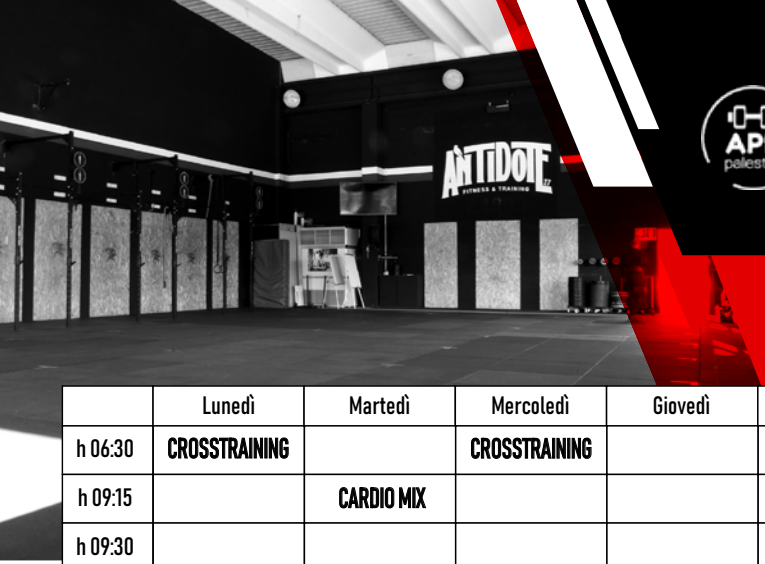
LISTINO PREZZI UNDER 18 OVER 60

ANTIDOTE 27 FITNESS & TRAINING

LUNEDÌ	06:30 // 22:00
MARTEDÌ	08:30 // 22:00
MERCOLEDÌ	06:30 // 22:00
GIOVEDÌ	08:30 // 22:00
VENERDÌ	06:30 // 22:00
SABATO	08:30 // 17:00
DOMENICA	09:00 // 12:00

ORARIO SALA PESI

ANTIDOTE 27
FITNESS & TRAINING



APP palestre

Prenotazione obbligatoria
tramite APP PALESTRE

DURATA LEZIONI: 1 ORA
MAX 20 POSTI PER LEZIONE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
h 06:30	CROSSTRAINING		CROSSTRAINING		CROSSTRAINING	
h 09:15		CARDIO MIX			CARDIO MIX	
h 09:30						CROSSTRAINING
h 12:20	CROSSTRAINING	HYROX	CROSSTRAINING		CROSSTRAINING	
h 14:00						CROSSTRAINING
h 14:30	CROSSTRAINING		CROSSTRAINING		CROSSTRAINING	
h 16:40	STUDENT CLASS			STUDENT CLASS		
h 17:30	CROSSTRAINING	CROSSTRAINING	HYROX	CROSSTRAINING	CROSSTRAINING	
h 18:30	CROSSTRAINING	CROSSTRAINING	CROSSTRAINING	CROSSTRAINING	HYROX	
h 19:30	HYROX	WEIGHTLIFTING	CROSSTRAINING	CALISTHENICS	CROSSTRAINING	
h 20:30	CROSSTRAINING	CALISTHENICS				

CROSSTRAINING

*Antidote27 si riserva la facoltà
di MODIFICARE GLI ORARI E IL
PROGRAMMA DEI CORSI.

Prenotazione obbligatoria
tramite APP PALESTRE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
h 09:30	FUNCTIONAL GIRL (BOX)			FUNCTIONAL GIRL	
h 12:30	FUNCTIONAL GIRL			FUNCTIONAL GIRL	
h 17:00	FUNCTIONAL GIRL	FUNCTIONAL GIRL		FUNCTIONAL GIRL	
h 17:30			FUNCTIONAL GIRL		FUNCTIONAL GIRL
h 18:00	FUNCTIONAL GIRL	FUNCTIONAL GIRL			
h 18:30			FUNCTIONAL GIRL		FUNCTIONAL GIRL
h 19:00	BOOTY				
h 19:30			FUNCTIONAL GIRL		
h 20:00	FUNCTIONAL GIRL				

PROGETTO DONNA

*Antidote27 si riserva la facoltà di MODIFICARE GLI ORARI E IL PROGRAMMA DEI CORSI.

Prenotazione obbligatoria
tramite APP PALESTRE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
h 08:15	ADDOME & GLUTEI					
h 09:00		RISVEGLIO AEROBICO		STRETCHING		
h 10:00						PSICOMOTRICITÀ
h 12:30	SPINNING				BODY MILITARY	
h 14:30		CICLOFITNESS	POSTURALE	BODY TONIC		
h 15:00	STRETCHING				STRETCHING	
h 16:30			PSICOMOTRICITÀ			
h 17:30			BODY MILITARY			
h 18:00				FITBOXE		
h 19:00		FITBOXE		FUNCTIONAL STEP		

CORSI

ANTIDOTE 27
FITNESS & TRAINING

OGNI ABBONAMENTO SOTTOSCRITTO RICHIEDE L'OBBLIGO DI ISCRIZIONE ANNUALE € 25 E CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO IN CORSO DI VALIDITÀ

*LE LEZIONI DI REFORMER POSSONO ESSERE INDIVIDUALI O FINO A 4 PERSONE IN BASE ALL'ORARIO SCELTO.

**LEZIONI PERSONAL DA CONCORDARE GIORNO E ORARIO IN RECEPTION E/O DIRETTAMENTE CON ISTRUTTORE.

	PILATES	REFORMER (PREZZI A PERSONA)		
		🧍	🧍🧍	🧍🧍🧍+
INGRESSO SINGOLO	€ 15	€ 30	€ 25	€ 20
5 INGRESSI		€ 105	€ 95	€ 80
10 INGRESSI	€ 120	€ 195	€ 170	€ 150
20 INGRESSI	€ 220	€ 360	€ 310	€ 265
		COSTO PRIMA PROVA € 15		

PILATES & REFORMER

ANTIDOTE 27 FITNESS & TRAINING

Prenotazione obbligatoria
tramite APP PALESTRE

LEZIONI DI PILATES
MAX 15 POSTI PER LEZIONE
(eccetto LUNEDI MATTINA E SABATO)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
h 07.30	REFORMER					
h 08:30	REFORMER			REFORMER		
h 09:00			PILATES			
h 09:15	PILATES					
h 11:00						PILATES
h 14:30				REFORMER		
h 17:00	REFORMER			REFORMER	REFORMER	
h 18:00	PILATES / REFORMER	REFORMER		REFORMER	REFORMER	
h 18:30			PILATES / REFORMER			
h 19:00	PILATES / REFORMER	REFORMER		REFORMER		
h 19:30			PILATES / REFORMER			
h 20:15		PILATES		PILATES		

PILATES & REFORMER

*Antidote27 si riserva la facoltà di MODIFICARE GLI ORARI E IL PROGRAMMA DEI CORSI.

REGOLAMENTO REFORMER

- LE DISDETTE delle lezioni vanno eseguite entro e non oltre le 24h prima dell'orario della lezione. In caso contrario il sistema scalerà la lezione in maniera automatica e non sarà possibile, in alcun caso, il recupero e la riprogrammazione della stessa.
  Non saranno ammesse eccezioni di alcun tipo.

- È OBBLIGATORIO il certificato medico sportivo non agonistico

- SCADENZE ABBONAMENTI:
  l'abbonamento 5 lezioni va utilizzato entro 2 mesi, l'abbonamento 10 lezioni va utilizzato entro 3 mesi, l'abbonamento 20 lezioni va utilizzato entro 5 mesi.

- Per iscriversi alla SSD è richiesta una QUOTA DI ISCRIZIONE di 25€ valida 1 anno dall'emissione della stessa.

ANTIDOTE 27
FITNESS & TRAINING

@antidote27_

L'Aquila del tuo Benessere

338 417 9105

VILLONGO (Bg) - Via Loreschi, 26

info.antidote27@gmail.com

@antidote27_