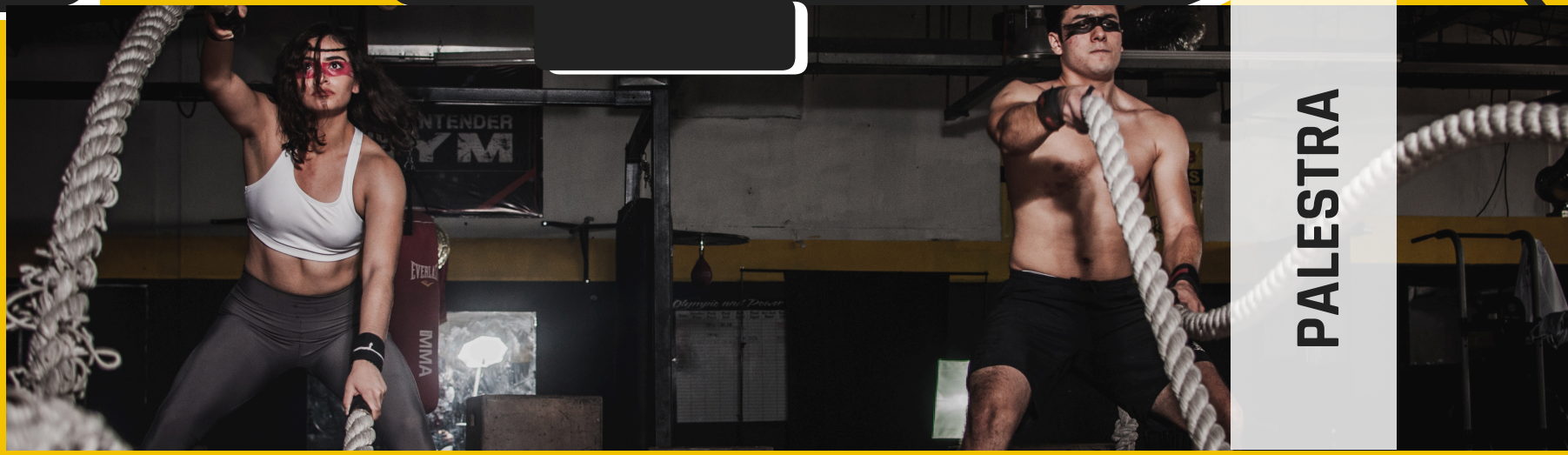


**PALEXTRA**

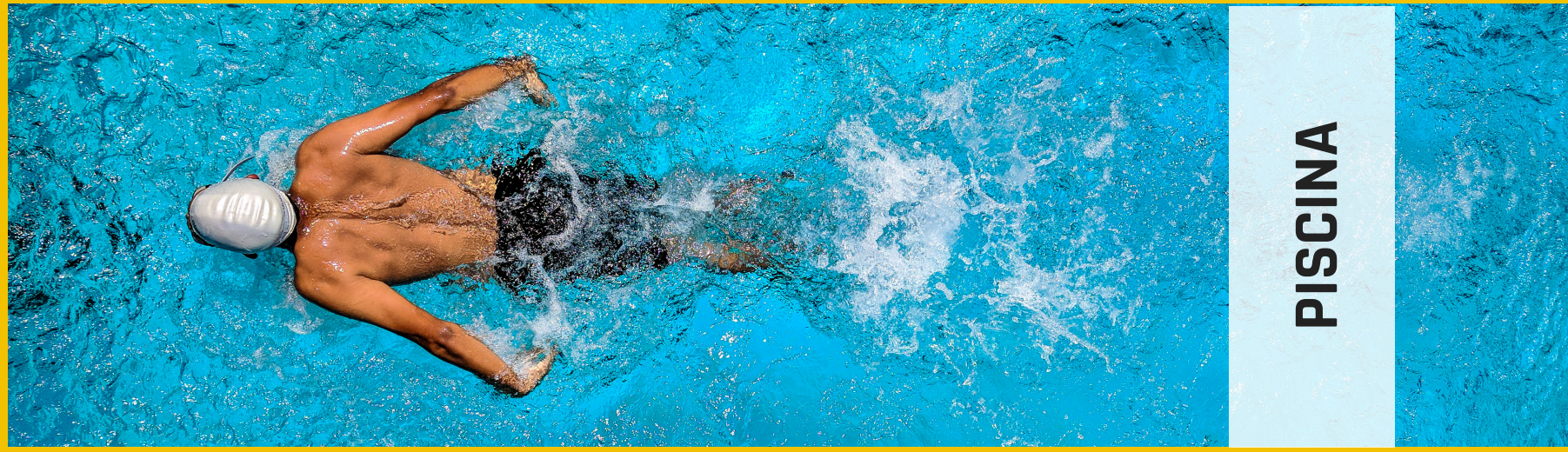
**H2O**



**PALESTRA**



**FITNESS e  
ACQUAGYM**



**PISCINA**



**CORSI NUOTO  
BAMBINI**

**PALEXTRA H2O**

Il nostro volantino, ora digitale!  
Direttamente per te,  
sempre nel tuo cellulare.

*Affronta ogni  
giorno con la giusta  
motivazione*



# IL NOSTRO PALINSESTO

Tariffe riservate ai soci.

Quota associativa di 39€, valida per l'anno solare..

I soci devono presentare un **certificato medico per attività sportiva non agonistica** .

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:30 FISIOFITNESS	09:30 -10:15 C.GESTANTI Dott.ssa Stefanelli		09:30 FISIOFITNESS		
	10:15-11:00 ACQ.NEONATALE Dott.ssa Stefanelli	10:30 GINN.DOLCE	09:30 -10:15 C.GESTANTI Dott.ssa Stefanelli	10:30* GINN.DOLCE	
13:15 AQUA KOMBAT	11:00* YOGA				11:00 PILATES
13:30 PILATES	13:00 AQUA FITNESS	13:15 AQUA GAG	13:00 AQUA ENERGY	13:15 AQUA FITNESS	
	13:30 BODY SCULPT	13:30 PILATES	13:30 TOTAL BODY	13:30 STEP	
	17:30 GINN.POSTURALE	18:15-19:00 C.GESTANTI Dott.ssa Stefanelli	17:30 GINN.POSTURALE		
18:30 TOTAL BODY	18:20 PILATES	18:30 STRETCH&TONE	18:20 PILATES	18:00 YOGA	
18:45 AQUA ENERGY	18:30 AQUA KOMBAT	19:00 AQUA FITNESS	18:30 AQUA GAG	18:45 AQUA ENERGY	
19:20 PILATES	19:10 GAG	19:20 FIT BOXE	19:10 CIRCUIT TRAINING	18:50 PILATES	

## IL SOCIO

Tariffe riservate ai soci.

Quota associativa di 39€, valida per l'anno solare.  
I soci devono presentare un **certificato medico per attività sportiva non agonistica**.

### L'OPEN (08:30 - 21:00)

	ALL INCLUSIVE	ACQUA FITNESS	FITNESS	SALA	NUOTO MASTER
ANNUALE	780€	720€	660€	540€	600€
9 MESI	630€	585€	540€	450€	495€
SEMESTR.	450€	420€	390€	330€	360€
TRIMESTR.	240€	225€	210€	180€	195€
MENSILE	85€	80€	75€	65€	70€

#### GLI INGRESSI ALL INCLUSIVE

			1 ING	14€
5 ING	65€	10 ING	20 ING	220€

### IL MORNING-TIME (08:30 - 13:00)

"lo speciale, perchè il mattino ha l'oro in bocca"

	IL PILATES DEL SABATO	SALA	FISIO FITNESS
ANNUALE		480€	
9 MESI		405€	495€
SEMESTR.	300€	300€	360€
TRIMESTR.		165€	195€
MENSILE	55€	60€	70€

### SOSPENSIONI:

ANN	30GG	9MESI	20GG	SEM.	15GG	TRIM.	10 GG
-----	------	-------	------	------	------	-------	-------

La sospensione può essere attivata in massimo in due volte, comunicandolo al desk prima dell'effettivo periodo da usufruire e previa riconsegna della tessera.



#### RINNOVO ANTICIPATO

-10% di sconto se rinnovi il tuo abbonamento fino a 5gg prima della scadenza.



#### +TEMPO

+7gg a soli 10€ per stoppare il tuo abbonamento se vai in vacanza! Chiedi in segreteria come fare!



@palextrah2oclub



## IL SOCIO

Tariffe riservate ai soci.

**Quota associativa di 39€**, valida per l'anno solare.  
I soci devono presentare un **certificato medico per attività sportiva non agonistica**.

## IL TRAINING

<b>1 LEZ</b>	43€	<b>5 LEZ</b>	190€	<b>10 LEZ</b>	330€
--------------	-----	--------------	------	---------------	------

## LE PRIVATE (DI NUOTO)

<b>30 MIN</b>	<b>1 LEZ</b>	28€	<b>5 LEZ</b>	120€	<b>10 LEZ</b>	220€
---------------	--------------	-----	--------------	------	---------------	------

BAMBINI: Sconto 10% sul secondo allievo in contemporanea

## CORSO GESTANTI

<b>1 LEZ</b>	20€	<b>5 LEZ</b>	90€	<b>10 LEZ</b>	165€
--------------	-----	--------------	-----	---------------	------

1 rec

2 rec

in collaborazione con l'Ostetrica Dott.ssa Caterina Stefanelli

## ACQUATICITÀ NEONATALE (3-18 MESI)

<b>1 LEZ</b>	18€	<b>5 LEZ</b>	75€	<b>10 LEZ</b>	135€
--------------	-----	--------------	-----	---------------	------

in collaborazione con l'Ostetrica Dott.ssa Caterina Stefanelli

## IL CONVENZIONATO

*Palextra H2O sviluppa costantemente i rapporti con l'esterno. Contattaci o vieni a trovarci e chiedi sempre al desk quali sono le convenzioni attive, così avrai il listino prezzi aggiornato e le promo dedicate.*

**ATTIVE:**

*COIN (Riparti con Coin), CNA, Chianti Banca, Speciale SPORTPASS, Syracuse University, Accent Florence University.*

**PROMO  
SPECIALI:**

*Studenti universitari.*



@palextrah2oclub





# SETTORE GIOVANILE

Tariffe riservate ai soci.

Quota associativa di 39€, valida per l'anno solare.  
I soci devono presentare un **certificato medico per attività sportiva non agonistica**.

## IL CORSO BABY (dai 18 mesi ai 4 anni)

SAB 10:30-11:00 - \*MER 16:15-16:45

**5LEZ**                      50€                      (1 rec)

*Le assenze vanno comunicate in struttura, al desk o per telefono*

## LA SCUOLA NUOTO BAMBINI (imparare a nuotare grazie ai nostri istruttori qualificati. tutti i giorni con scelta della frequenza - dai 4 anni)

LUNEDÌ - VENERDÌ: pomeriggio - SABATO: mattina

	<b>5 LEZ.</b>	<b>10 LEZ.</b>	<b>15 LEZ.</b>	<b>20 LEZ.</b>
	50€	90€	130€	160€
<i>recupero</i>		1 lez	1 lez	2 lez

*Le assenze vanno comunicate in struttura, al desk o per telefono*

## IL NUOTO GIOVANILE (Il perfezionamento dei 4 stili)

	<b>MENSILE</b>	<b>TRIMESTR.</b>	<b>SEMESTR.</b>
<b>1 VOLTA A SETTIMANA</b>	45€	125€	230€
<b>2 VOLTE A SETTIMANA</b>	85€	230€	390€



@palextrah2oclub

# FIRENZE SPORT

## ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

Per accedere alle attività sportive con le tariffe e le promozioni riservate ai soci è obbligatorio essere in regola con la QUOTA ASSOCIATIVA che scade al 31 dicembre di ogni anno

**è obbligatorio il certificato medico per  
ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA**

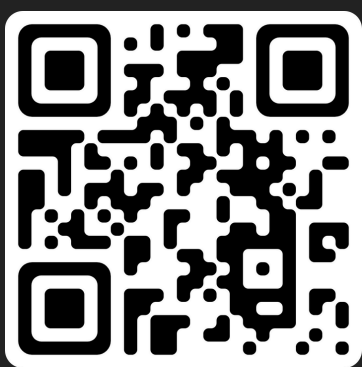
Ai minori di 14 anni non è consentito l'accesso libero alla piscina.  
La temperatura dell'acqua è intorno ai 29°C.

### FESTECCIA DA NOI IL TUO COMPLEANNO!

Organizza da noi la tua festa:  
un pool party solo per te, la possibilità di una sala dedicata o di  
uno spazio esterno .  
Chiedi al desk della Palextra H2O o contattaci!

### ORARIO DI APERTURA:

da LUNEDÌ a VENERDÌ 08:30 - 21:00  
Il SABATO 10:00 - 14:00



[www.palextrah2oclub.it](http://www.palextrah2oclub.it)



@palextrah2oclub

### NOI SIAMO QUI:

