

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA CRONO SPORT TORINO INGRESSO RISERVATO AI SOCICorso ROSSELLI 91 Bis Int 7 10129 TORINO ☎ 011 3180106 - 338 7573155 www.cronosport.it cronosport@alice.it**ORARIO ATTIVITÀ * ORARIO ATTIVITÀ * ORARIO ATTIVITÀ * ORARIO ATTIVITÀ * ORARIO ATTIVITÀ**

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
11.00 - 12.00	Ginnastica per Tutti Corpo Libero Dolce Posturale			Ginnastica per Tutti Corpo Libero Dolce Posturale	
13.00 - 14.00	Ginnastica per Tutti Total Body - Pilates - GAG GAG glutei addominali gambe			Ginnastica per Tutti Total Body - Pilates - GAG GAG glutei addominali gambe	
16.00 - 21.00	<i>SALA PESI TECHNOGYM PESISTICA (FITNESS E BODY BUILDING)</i>				
17.00 - 18.00	Ginnastica Ritmica	Judo Bimbi	Judo Bimbi	Judo Bimbi	Ginnastica Ritmica
18.00 - 19.00	Ginnastica per Tutti Circuit Training	Judo Ragazzi	Karate	Judo Ragazzi	Judo Agonisti
19.00 - 20.00	Ginnastica per Tutti Total Body		Ginnastica per Tutti Circuit Training	Ginnastica per Tutti Total Body	Karate
19.00 - 20.30		Judo Agonisti			
20.00 - 20.30			Judo Personalizzato		
20.30 - 21.30	Yoga				
20.30 - 22.00		Difesa Personale Ju Jitsu	Aikido	Difesa Personale Ju Jitsu	Aikido
PALAZZETTO LE CUPOLE Via Artom 111 Torino ALLENAMENTI CON PARTECIPAZIONE LIBERA			Judo Bimbi - Ragazzi	Lunedì 17.30 - 18.30 Venerdì 18.00 - 19.00	

ORARIO SEGRETERIA DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 16 - 21 dal 15/09 al 30/06 - NEI PERIODI DI CHIUSURA ☎ 338 7573155 - 011 3049852

LE ATTIVITÀ SI SVOLGONO DAL 10/15 SETTEMBRE AL 20/30 GIUGNO LE ATTIVITÀ GIOVANILI SI SVOLGONO CON RIFERIMENTO AL CALENDARIO SCOLASTICO

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA CRONO SPORT TORINO INGRESSO RISERVATO AI SOCI
QUOTE E MODALITÀ * QUOTE E MODALITÀ * QUOTE E MODALITÀ * QUOTE E MODALITÀ

TESSERA ASSOCIATIVA 50 € *Valida dal 01 Settembre al 31 Agosto di ogni anno - Si versa una sola volta l'anno*

QUOTE DI FREQUENZA ANNUALI *12 mesi dalla data d'iscrizione*

PESISTICA *nelle sue varie forme:* **FITNESS E BODY BUILDING - GINNASTICA PER TUTTI** *nelle sue varie forme:*
CORPO LIBERO DOLCE POSTURALE *al mattino - TOTAL BODY / PILATES / GAG in pausa pranzo e alla sera - CIRCUIT TRAINING - YOGA*
➤ **ANNUALE TIPO A 320 €** *Frequenza illimitata ad una o più Attività* ➤ **ANNUALE TIPO B 220 €** *Frequenza ad una Attività una volta alla settimana*

JUDO oppure KARATE oppure AIKIDO oppure DIFESA PERSONALE *Kimono in omaggio ai nuovi Iscritti ai Corsi di Judo, Karate, Aikido*
➤ **ANNUALE TIPO A 400 €** *Frequenza illimitata ad una Attività a Circuit Training e alla Sala Pesì*
Dal 12° Anno di età, è inclusa la Programmazione Personalizzata Annuale degli Allenamenti, con frequenza a Circuit Training e alla Sala Pesì
➤ **ANNUALE TIPO B 300 €** *Frequenza ad una Attività una volta alla settimana*

GINNASTICA RITMICA

➤ **ANNUALE TIPO A 300 €** *Frequenza illimitata* ➤ **ANNUALE TIPO B 200 €** *Frequenza una volta alla settimana*

➤ **TRIMESTRALE 110 € PROMOZIONE ASSOCIATIVA**

per i nuovi Iscritti (Associati) valida solo alla prima iscrizione Tessera Associativa inclusa e Frequenza illimitata ad una o più Attività:
PESISTICA *nelle sue varie forme* **FITNESS E BODY BUILDING - YOGA - GINNASTICA PER TUTTI** *nelle sue varie forme:*
CORPO LIBERO DOLCE POSTURALE *al mattino - TOTAL BODY / PILATES / GAG pausa pranzo - CIRCUIT TRAINING*
Due Lezioni facoltative per ognuno dei Corsi di Arti Marziali **JUDO - KARATE - AIKIDO - DIFESA PERSONALE**

La Quota della Tessera Associativa Annuale è uguale per tutti gli Associati. Le Quote di Frequenza alle Attività Sportive sono da considerarsi Contributi Associativi. Frequenza libera / Frequenza illimitata / Frequenza 1 volta alla settimana, sono intese come partecipazione ai corsi in quanto l'Associato, che non è un Cliente, ha diritto, anche se non pratica alcuna Attività Sportiva, a frequentare l'Associazione e partecipare alla vita Associativa. Le Quote di Frequenza / Contributi Associativi: devono essere saldate per intero; non sono soggette a rimborsi o a recuperi per periodi non frequentati; alla scadenza, se si prosegue nella frequenza è necessario versare con puntualità la quota dovuta, *per motivi assicurativi e di responsabilità derivate dalle attività praticate*, in sintonia con le disposizioni di legge in materia sportiva. Per svolgere le Attività Sportive è obbligo consegnare, all'atto dell'iscrizione il certificato medico di idoneità all'attività sportiva, *non agonistica o agonistica*, in originale, validità 1 anno dalla data del rilascio; alla scadenza della validità dello stesso, consegnare puntualmente un nuovo certificato medico in segreteria; (Il Certificato Medico può essere rilasciato, di solito gratuitamente, anche in più copie, in originale, o eventualmente in copia conforme all'originale, ma sempre firmate dal Medico in originale. Ciò è necessario nel caso si svolga più di una Attività Sportiva in Sedi diverse).

A.S.D. REGISTRATA AL CONI - LE QUOTE DI FREQUENZA DEGLI ISCRITTI, *con età dai 5 ai 18 anni*, SONO DETRAIBILI DALLE TASSE E LA VISITA MEDICA SPECIALISTICA D'IDONEITÀ SPORTIVA È GRATUITA *dai 12 ai 18 anni*