

ORARIO PALESTRA

ORARIO INVERNALE

LUNEDI\MERCOLEDI\VENERDI

7.30-22.00

MARTEDI\GIOVEDI

9.00 - 22.00

SABATO

9.00 - 13.00 e 16.00 . 19.00

DOMENICA

17.00 - 20.00

ORARIO ESTIVO

LUNEDI\MERCOLEDI\VENERDI

7.30-21.30

MARTEDI\GIOVEDI

9.00 - 13.00 \ 16.30-21.30

SABATO

9.00 - 13.00

DOMENICA

17.00 - 20.00

ORARIO SEGRETERIA

LUN\MART\MERC\GIOV\VEN

8.30-12.30 e 16.30-20.30

SABATO

9.00 - 13.00

OUR CONTACT

 info@newcaliforniaclub.com

 010.9130201 - 393.9551693

 Via Carlin, 55/A-59 - Arenzano (GE)

 www.newcaliforniaclub.com

START YOUR TRAINING TODAY

REGOLE GENERALI

E' assolutamente obbligatorio:

- Utilizzare sempre un paio di scarpe pulite e igienizzate, non usate all'esterno, prima di accedere alle sale.
- Utilizzare un telo sui macchinari.
- Tutta l'attrezzatura usata nel corso dell'allenamento deve essere sanificata.

Le quote di frequenza alle discipline sportive non sono rateizzabili, sospensibili, cedibili.

Gli spogliatoi sono dotati di armadietti messi a disposizione dei tesserati e devono essere adoperati solamente nel tempo dell'allenamento e poi sanificati.

La New California Club declina ogni responsabilità in caso di furto o smarrimento all'interno della struttura.

Le informazioni e gli orari presenti sulle brochure possono subire variazioni.



CYCLEX®

Un nuovo format che abbina alla
pedalata un lavoro di Total Body Work
Out sulla Bike.

**ORARIO CORSO
VENERDI'
ORE 20.00-21.00**

WWW.NEWCALIFORNIACLUB.COM



PER CHI È CONSIGLIATO

L'obiettivo è proporre un'idea più fitness, che si affianca all'ormai classico indoor cycling coinvolgendo fasce d'utenza diverse e soprattutto le nuove generazioni, young o millennials frequentatori dei club.

Divertimento, esternazione, endorfine, adrenalina possono far vivere esperienze più dirette, svincolate da fattori tecnici predominanti, in grado di farti vivere la sessione come un vero e proprio viaggio nella musica, nelle luci, in un connubio piacevole tra danza, fitness, video ed esperienza emozionale di gruppo.

BENEFICI *CYCLEX®*

- Rafforzamento e tonificazione Total body
- Consigliato per mantenere il peso forma o raggiungere il peso forma
- Miglioramento della forma psico-fisica, in quanto attraverso l'utilizzo della musica, si può vivere un'esperienza interiore a livello emozionale e intimo. Questo tipo di allenamento è davvero perfetto per unire un'esperienza aerobica con esercizi mirati al rafforzamento e alla tonificazione Total Body

APP prenotazioni

MOOPLAN
app per prenotare
gli allenamenti
QR CODE
per associarti alla
nostra palestra

NEW
CALIFORNIA CLUB



***Le quote di frequenza ai corsi non sono rateizzabili, sospendibili, cedibili e rimborsabili**

COSTI E MODALITÀ DI PAGAMENTO

Quota di Iscrizione annuale:

- Euro 40,00 **obbligatorio**

Quote di frequenza:

- Lezione singola Euro 10,00
- Carnet 10 Sedute Euro 85,00 (validità 4 mesi)

Per chi frequenta altri corsi:

- Carnet 10 Sedute Euro 65,00

INFO

ISCRIZIONE

Per accedere ai corsi è necessario compilare il modulo d'iscrizione, presentare il certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica con dicitura tracciato ECG eseguito il ... (non ludico motoria).

Sono ammesse solo fotocopie se ri-timbrate e firmate in originale dal medico.

Una volta iscritti regolarmente viene fornita una card magnetica strettamente personale per accedere alla palestra.

La card funziona solamente se il titolare è regolarmente iscritto, regolare nei pagamenti e in possesso di un certificato medico.

In caso di smarrimento la card verrà sostituita con un'altra a pagamento.