



PRESENTAZIONE FITNESS TT VIANELLO

Chi siamo?

Una realtà nuova, in un ambiente familiare ma al tempo stesso molto professionale.

La palestra si trova all'interno del Centro Sportivo "Tennis Team Vianello", dotata di 13 campi da tennis (4 in terra rossa - di cui 2 coperti nella stagione invernale -, 1 veloce, 5 in erba, 3 da minitennis), 1 campo da calciotto e 2 campi da calcetto, e un Bar-Ristorante-Pizzeria aperto tutto il giorno con più di 100 posti a sedere, un locale al chiuso e una bellissima terrazza per le stagioni estive, in cui i dipendenti delle vostre aziende potranno trovare colazioni, pranzi e cene, oltre alla possibilità di effettuare cene e aperitivi aziendali.

La sala pesi, recentemente ampliata e dotata di macchinari Technogym, è divisa in tre zone: corpo libero, sala isotonica e sala cardio. Il nostro staff ti aiuterà nella stesura di un allenamento periodico e personalizzato, offrendo la sua assistenza durante l'esecuzione degli esercizi e offrendo un supporto costante ogni giorno, al fine di monitorare il percorso da te intrapreso. Due sale corsi, attrezzate e luminose, in cui l'estrema cura della pulizia e dell'igiene sono elementi che ci caratterizzano, dalle sale di allenamento fino agli spogliatoi. Il nostro obiettivo è quello di garantire a tutti un benessere a 360 gradi, insieme fisico e mentale, attraverso programmi personalizzati, guidati e coordinati da un'attenta direzione che si avvale di un team di istruttori qualificati ELAV.

In che consiste il metodo ELAV?

Più nello specifico, nella nostra palestra proponiamo programmi e schede Fitness personalizzate ELAV (<https://www.elav.eu/mission.php>), che offrono uno Smart Fitness Training, una tipologia di allenamento che si sviluppa in:

- Phisical Fitness: miglioramento della prestazione fisica e della condizione generale;
- Slimming: riduzione del tessuto adiposo/massa grassa, dimagrimento;
- Hypertrophy: aumento della massa muscolare;
- Sport Conditioning: allenamento propedeutico all'attività sportiva già praticata.

Dopo aver effettuato le valutazioni iniziali con la nostra nutrizionista e il nostro posturologo, entrambe incluse nell'iscrizione, presso la sezione Sala Pesi "Isotonica - Cardio" mettiamo a disposizione degli utenti 3 livelli di personalizzazione del programma di allenamento:

- Personal Trainer con programmi di ultima generazione ELAV basati sui test della composizione corporea o sui test specifici ELAV sull'età biologica;
- Small Group: gruppi da 2 a 4 persone che si allenano in contemporanea sui sottoelencati programmi ELAV;
- 4 possibili indirizzi in base all'esame *videat* della nutrizionista, agli obiettivi del cliente e alla valutazione da parte dell'istruttore di sala (con sviluppo del carico di lavoro per mesociclo).



Cosa offriamo?

Con la presente si intende formulare una proposta consona alle vostre esigenze aziendali al fine di garantire l'offerta migliore ai vostri dipendenti. Il Centro Sportivo Tennis Team Vianello, chiamato in seguito "Proponente", offre ai dipendenti della Vostra azienda, di seguito chiamata "Convenzionato", i servizi sottoelencati:

- Palestra - sala attrezzi e corsi di fitness (<https://www.ttvianello.it/palestra.html>);
- Bar-Ristorante-Pizzeria "The Gud" (<https://www.thegud.it/>).

I nostri prezzi

QUOTA ASSOCIATIVA

(Annuo per qualsiasi tipo di abbonamento)

€ 35.00

che comprende:

VIDEAT NUTRIZIONALE

Stima del metabolismo basale

Valutazione composizione corporea

Morfologia corporea tramite somatocarta

Valutazione dello stato di idratazione e valutazione efficienza muscolare tramite biimpedioziometria

Stima percentuale massa grassa

Indagine sulle abitudini alimentari

SCREENING POSTURALE

Valutazione squilibri osteo-articolari

Analisi del passo e appoggio tramite pedana baropodometrica

- ABBONAMENTO SALA PESI

(Questo abbonamento prevede l'utilizzo della sala pesi/cardio senza alcun limite di orario)

Mensile (1 mese): € 55,00	→	Prezzo Convenzione € 50,00
Trimestrale (3 mesi): € 165,00	→	Prezzo Convenzione € 150,00
Semestrale (6 mesi): € 295,00	→	Prezzo Convenzione € 265,00
Annuale (12 mesi): € 495,00	→	Prezzo Convenzione € 445,00

• ABBONAMENTO CORSO SINGOLO

(Questo abbonamento comprende un corso a scelta con frequenza massima di tre volte a settimana)

Mensile (1 mese): € 55,00	→	Prezzo Convenzione € 50,00
Trimestrale (3 mesi): € 150,00	→	Prezzo Convenzione € 135,00
Semestrale (6 mesi): € 280,00	→	Prezzo Convenzione € 250,00
Annuale (12 mesi): € 480,00	→	Prezzo Convenzione € 430,00



• ABBONAMENTO SALA PESI + CORSO

(Questo abbonamento comprende un corso a scelta con frequenza massima di tre volte a settimana + l'utilizzo della sala pesi/cardio senza alcun limite di orario)

Mensile (1 mese): € 60,00	→	Prezzo Convenzione € 55,00
Trimestrale (3 mesi): € 175,00	→	Prezzo Convenzione € 160,00
Semestrale (6 mesi): € 305,00	→	Prezzo Convenzione € 275,00
Annuale (12 mesi): € 535,00	→	Prezzo Convenzione € 485,00

• ABBONAMENTO 2 CORSI

(Questo abbonamento comprende due corsi a scelta con frequenza massima di sei volte a settimana)

Mensile (1 mese): € 60,00	→	Prezzo Convenzione € 55,00
Trimestrale (3 mesi): € 160,00	→	Prezzo Convenzione € 145,00
Semestrale (6 mesi): € 290,00	→	Prezzo Convenzione € 260,00
Annuale (12 mesi): € 520,00	→	Prezzo Convenzione € 470,00

• ABBONAMENTO FULL

(Questo abbonamento comprende corsi fitness e sala pesi/cardio senza limiti di orario)

Mensile (1 mese): € 80,00	→	Prezzo Convenzione € 70,00
Trimestrale (3 mesi): € 205,00	→	Prezzo Convenzione € 185,00
Semestrale (6 mesi): € 345,00	→	Prezzo Convenzione € 315,00
Annuale (12 mesi): € 605,00	→	Prezzo Convenzione € 545,00

- Con iscrizione minima di tre mesi una settimana omaggio da regalare ad un amico;
- Incentivo personale: per ogni suo amico che sottoscrive un abbonamento annuale;
- Viene omaggiato un buono del valore di 50 euro per l'acquisto di ulteriori servizi (spinning o fitness);
- Gli abbonamenti annuali possono essere recuperati per un massimo di 1 mese in caso di vacanza e 3 mesi in caso di assenza per malattia o infortunio. Casi specifici verranno sottoposti a giudizio della direzione.
- Le quote possono essere pagate anche tramite voucher welfare.

Nel prezzo sono inclusi tutti i corsi ed l'uso della sala attrezzi con scheda e cambi scheda inclusi.



[Da sapere.](#)

Orari della palestra:

Dal lunedì al venerdì dalle ore 7.00 alle ore 23.00

Sabato dalle ore 9.00 alle ore 19.00

Domenica dalle ore 9.00 alle ore 13.00

Fitness Vianello ricorda che per accedere alle sale è obbligatorio:

- portare un certificato medico di idoneità sportiva non agonistica (che potrà essere svolta presso i nostri centri medici convenzionati);
- indossare scarpe pulite;
- portare l'asciugamano;
- portare un lucchetto per chiudere l'armadietto;
- esibire il tesserino aziendale, valido per formulare l'iscrizione.

[Obblighi delle parti](#)

- Il “PROPONENTE”, allo scopo di rendere incisiva la convenzione in oggetto, si impegna ad effettuare debita promozione nei confronti dei beneficiari a mezzo di attività proprie e/o materiale pubblicitario prodotto dal

“PROPONENTE”. Allo scopo sarà cura del “PROPONENTE” fornire al “CONVENZIONATO”, cataloghi, dépliants pubblicitari o quant’altro materiale che saranno esposti presso i locali del “CONVENZIONATO” a mezzo locandine residenti in loco o espositori propriamente predisposti.

- Il “PROPONENTE” si impegna, in modo prioritario, ad inoltrare promozioni particolari che saranno allestite congiuntamente al “CONVENZIONATO” e valide in modo esclusivo per i beneficiari.

- Le parti danno atto reciprocamente che durante il periodo di validità del presente accordo potranno concordare la realizzazione di ulteriori collaborazioni a favore dei beneficiari quali ad esempio: attività di comunicazione del “PROPONENTE” su periodici o comunicazioni divulgati dal “CONVENZIONATO” ai propri associati.