

ORARI SYNERGIKA 2025-26																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
LUNEDÌ							MARTEDÌ							MERCOLEDÌ							GIOVEDÌ							VENERDÌ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Orario	CSO MAGENTA 2A	Via BATTISTI 5	P. PALERMO 12		SESTRI PONENTE		Orario	CSO MAGENTA 2A	Via BATTISTI 5	Via Battisti 6	P. PALERMO 12			Orario	CSO MAGENTA 2A	Via BATTISTI 5	P. PALERMO 12			SESTRI PONENTE		Orario	CSO MAGENTA 2A	Via BATTISTI 5	P. PALERMO 12			SESTRI PONENTE		Orario	P. PALERMO 12	SESTRI PONENTE																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
17:00	LAB CIRCO (6-12 ANNI)	CIRCO MOTRICITA' 4-5 ANNI Elia Marta L.			GIOCOLERI A ED EQUILIBRI SMO 10-15 ANNI Gianluca	17:00						ARRAMPICATA (6-8 anni) Giulia L. Elia			17:00		CIRCO MOTRICITA' 2-3 ANNI Bimbi+Genitori Annalisa Elia				TESSUTI AEREI BIMBI 6-10 ANNI Arianna	GIOCOLERI A ED EQUILIBRI SMO 10-15 ANNI Gianluca	17:00							17:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
17:15								17:15	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN BASE (13-16 anni) Sally	ACROBATI CA TEEN (11-16 anni) Valentina Massimiliano						17:15	LAB CIRCO (6-12 ANNI)						17:15	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN BASE (13-16 anni) Sally	ACROBATI CA TEEN (11-16 anni) Valentina Massimiliano			DANZA VERTICALE BASE YOUNG (9-13 anni) Alice D		ARRAMPICATA (6-8 anni) Ilaria Giulia L.		GIOCOLERI A ED EQUILIBRI SMO AVANZATO 10-15 ANNI Gianluca	LAB CIRCO 6-9 ANNI Elia Gianluca	17:15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
17:30								17:30								17:30								17:30											17:30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
17:45								17:45									17:45	Stefano Giulia L.								17:45										17:45																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
18:00	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN INTERMED IO dal 3° anno (13-16 anni) Anna	LAB CIRCO 1 (6-12 ANNI) Elia Marta L.	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN INTERMED IO 2°+3° ANNO (11-15 anni) Sally	DANZA VERTICALE BASE TEEN (dai 14 anni) + ADULTI Alice	POLE DANCE base Alice R	TESSUTI AEREI RAGAZZI base intermedio 11-15 ANNI Arianna Giulia Si.	ACROBATI CA, PRESE ACROBATI CHE 10-15 ANNI Valentina Gianluca	18:00				ARRAMPICATA (9-12 anni) Giulia L. Elia			18:00		TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN INTERMED IO dal 3° anno (13-16 anni) Elia Marta L.	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN INTERMED IO 2°+3° ANNO (11-15 anni) Sally			TTC Training to Climb® PRO (8-20 anni) Giancarlo Greta	POLE DANCE base Alice R	TESSUTI AEREI RAGAZZI base intermedio 11-15 ANNI Arianna Giulia Si.	ACROBATI CA, PRESE ACROBATI CHE 10-15 ANNI Massimiliano Gianluca		18:00				TTC Training to Climb® PRO (8-20 anni) Fabio Greta	DANZA VERTICALE INTERMED IO TEEN (dai 14 anni) + ADULTI Alice D		ARRAMPICATA (9-12 anni) Ilaria Giulia L.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		

QUOTE ATTIVITA' SYNERGIKA 2025/26

CORSO	DISCIPLINA	FREQ.	INSEGNANTI	SEDE	QUOTA MENSILE	QUOTA TRIMESTRE INTERA	TRIMESTRE SCONTO
1	ACROBATICA E PRESE ACROBATICHE (10-15 anni)	1gg/sett	Gianluca e Valentina/Massimiliano	SESTRI P.	45,00 €	135,00 €	125 €
2	ACROBATICA E PRESE ACROBATICHE (10-15 anni)	2gg/sett	Gianluca e Valentina/Massimiliano	SESTRI P.	65,00 €	195,00 €	178 €
3	ACROBATICA TEEN (11-16 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Valentina e Massimiliano	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
4	ACROBATICA TEEN (11-16 anni) 2gg/sett	2gg/sett	Valentina e Massimiliano	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
5	ACROBATICA ADULTI BASE (2gg/sett)	2gg/sett	Valentina e Massimiliano	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
6	ACROBATICA ADULTI INTERMEDIO (2gg/sett)	2gg/sett	Valentina e Massimiliano	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
7	AMAKA AEREA (1gg/sett)	1gg/sett	Anna	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
8	AMAKA AEREA (2gg/sett)	2gg/sett	Anna	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
9	ARRAMPICATA (6-8 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Giulia L., Ilaria ed Elia	PIAZZA PALERMO	40,00 €	120,00 €	110 €
10	ARRAMPICATA (6-8 anni) 2gg/sett	2gg/sett	Giulia L., Ilaria ed Elia	PIAZZA PALERMO	55,00 €	165,00 €	150 €
11	ARRAMPICATA (9-12 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Giulia L., Ilaria ed Elia	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
12	ARRAMPICATA (9-12 anni) 2gg/sett	2gg/sett	Giulia L., Ilaria ed Elia	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
13	ARRAMPICATA AGONISMO TTC® PRO 8-19 anni "grandi" (3gg/sett)	3gg/sett	Fabio, Greta, Annalisa, Giancarlo	PIAZZA PALERMO	110,00 €	330,00 €	290 €
14	ARRAMPICATA AGONISMO TTC® PRO 8-19 anni "piccoli" (2gg/sett)	2gg/sett	Fabio, Greta, Annalisa, Giancarlo	PIAZZA PALERMO	70,00 €	210,00 €	200 €
15	CERCHIO AEREO e TRAPEZIO ADULTI INTERMEDIO (dal 3° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Chiara	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
16	CERCHIO AEREO, TRAPEZIO e TESSUTO ADULTI BASE/INTERMEDIO (1° e 2° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Sally	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
17	CINGHIE BASE (1° anno) 1gg/sett	1gg/sett	Stefano	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
18	CINGHIE INTERMEDIO AVANZATO (dal 2° anno) 1gg/sett	1gg/sett	Stefano	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
19	CINGHIE INTERMEDIO AVANZATO (dal 2° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Stefano	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
20	CIRCOMOTRICITA' (2-3 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Annalisa ed Elia	VIA BATTISTI	35,00 €	105,00 €	95 €
21	CIRCOMOTRICITA' (4-5 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Elia e Marta L	VIA BATTISTI	40,00 €	120,00 €	110 €
22	CORDA DINAMICA (2gg/sett)	2gg/sett	Stefano	CSO MAGENTA	65,00 €	195,00 €	178 €
23	CORDA DINAMICA (1gg/sett)	1gg/sett	Stefano	CSO MAGENTA	45,00 €	135,00 €	125 €
24	DANZA VERTICALE BASE TEEN (dai 14 anni) + ADULTI 1gg/sett	1gg/sett	Alice D.	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
25	DANZA VERTICALE BASE YOUNG (9-13 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Alice D.	PIAZZA PALERMO	40,00 €	120,00 €	110 €
26	DANZA VERTICALE INTERMEDIO TEEN (dai 14 anni) + ADULTI 1gg/sett	1gg/sett	Alice D.	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
27	GIOCOLERIA ED EQUILIBRISMO RAGAZZI (10-15 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Gianluca	SESTRI P.	40,00 €	120,00 €	125 €
28	GIOCOLERIA ED EQUILIBRISMO RAGAZZI (10-15 anni) 2gg/sett	2gg/sett	Gianluca	SESTRI P.	45,00 €	135,00 €	178 €
29	GIOCOLERIA ED EQUILIBRISMO RAGAZZI AVANZATO (10-15 anni) 3gg/sett	3gg/sett	Gianluca	SESTRI P.	90,00 €	270,00 €	240 €
30	GIOCOLERIA ED EQUILIBRISMO RAGAZZI + ACROBATICA E PRESE ACRO (10-15 anni) 3gg/sett	3gg/sett	Gianluca	SESTRI P.	95,00 €	285,00 €	250 €
31	GIOCOLERIA ED EQUILIBRISMO TEEN (dai 16 anni) e ADULTI 1gg/sett	1gg/sett	Gianluca	SESTRI P.	45,00 €	135,00 €	125 €
32	GIOCOLERIA ED EQUILIBRISMO TEEN (dai 16 anni) e ADULTI 1gg/sett	1gg/sett	Gianluca	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
33	GIOCOLERIA ED EQUILIBRISMO TEEN (dai 16 anni) e ADULTI 2gg/sett	2gg/sett	Gianluca	VIA BATTISTI + SESTRI P.	65,00 €	195,00 €	178 €
34	GOLDEN CIRCUS Over 65	2gg/sett	Annalisa	PIAZZA PALERMO	- €	INGRESSO SINGOLO	5 €
35	LAB CIRCO (6-12 anni) ALBARO 1gg/sett	1gg/sett	Elia e Marta L	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
36	LAB CIRCO (6-12 anni) CASTELLETTO 1gg/sett	1gg/sett	Stefano e Giulia L	CSO MAGENTA	45,00 €	135,00 €	125 €

37	LAB CIRCO (6-12 anni) CASTELLETTO 2gg/sett	2gg/sett	Stefano e Giulia L	CSO MAGENTA	65,00 €	195,00 €	178 €
38	LAB CIRCO (6-9 anni) SESTRI 1gg/sett	1gg/sett	Elia e Gianluca	SESTRI P.	45,00 €	135,00 €	125 €
39	MOVIMENTO ACROBATICO A TERRA 1gg/sett	1gg/sett	Elia	VIA BATTISTI	40,00 €	120,00 €	110 €
40	PALO CINESE ADULTI (1gg/sett)	1gg/sett	Frank, Benny, Annalisa	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
41	PALO CINESE ADULTI (2gg/sett)	2gg/sett	Frank, Benny, Annalisa	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
42	PALO VOLANTE ADULTI (1gg/sett)	1gg/sett	Alice R.	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
43	POLE DANCE ADULTI AVANZATO (dal 4° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Alice R.	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
44	POLE DANCE ADULTI BASE (1° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Alice R.	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
45	POLE DANCE ADULTI BASE/INTERMEDIO (2° anno) LUN/MER 2gg/sett	2gg/sett	Marta F.	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
46	POLE DANCE ADULTI BASE/INTERMEDIO (2° anno) MAR/GIO 2gg/sett	2gg/sett	Alice R.	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
47	POLE DANCE ADULTI INTERMEDIO (3° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Alice R.	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
48	POLE DANCE TEEN BASE+INTERMEDIO TEEN (13-16 anni) 1gg/sett	1gg/sett	Alice R.	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
49	PRESE ACROBATICHE / ACROBATICA DI COPPIA (1gg/sett)	1gg/sett	Frank e Chiara	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
50	PRESE ACROBATICHE / ACROBATICA DI COPPIA (2gg/sett)	2gg/sett	Frank e Chiara	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
51	RUOTA CYR (1gg/sett)	1gg/sett	Elia	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
52	TESSUTI AEREI ADULTI BASE (1° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Arianna	SESTRI P.	65,00 €	195,00 €	178 €
53	TESSUTI AEREI ADULTI INTERMEDIO (2°+3° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Arianna	SESTRI P.	65,00 €	195,00 €	178 €
54	TESSUTI AEREI ADULTI INTERMEDIO (3° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Giulia Sc.	CSO MAGENTA	65,00 €	195,00 €	178 €
55	TESSUTI AEREI BIMBI (6-10 anni) FOCE 1gg/sett	1gg/sett	Stefano e Marta L	PIAZZA PALERMO	40,00 €	120,00 €	110 €
56	TESSUTI AEREI BIMBI (6-10 anni) SESTRI 1gg/sett	1gg/sett	Arianna	SESTRI P.	40,00 €	120,00 €	110 €
57	TESSUTI AEREI BIMBI (6-12 anni) ALBARO 1gg/sett	1gg/sett	Elia e Marta L	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
58	TESSUTI AEREI BIMBI (6-12 anni) ALBARO + FOCE 2gg/sett	2gg/sett	Elia e Marta L	VIA BATTISTI + P.PALERMO	60,00 €	180,00 €	145 €
59	TESSUTI AEREI e CORDA ADULTI INTERMEDIO/AVANZATO (dal 2° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Chiara e Daniela	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
60	TESSUTI AEREI e CORDA ADULTI BASE 2gg/sett	2gg/sett	Chiara, Arianna e Daniela	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
61	TESSUTI AEREI e CORDA ADULTI INTERMEDIO (dal 3° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Stefano	CSO MAGENTA	65,00 €	195,00 €	178 €
62	TESSUTI AEREI e CORDA ADULTI INTERMEDIO (dal 4° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Giulia Sc.	CSO MAGENTA	65,00 €	195,00 €	178 €
63	TESSUTI AEREI RAGAZZI BASE/INTERMEDIO (11-15 anni) SESTRI 2gg/sett	2gg/sett	Arianna e Giulia Si.	SESTRI P.	65,00 €	195,00 €	178 €
64	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN BASE 1° anno (11-15 anni) CASTELLETTO 2gg/sett	2gg/sett	Sally	CSO MAGENTA	65,00 €	195,00 €	178 €
65	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN INTERMEDIO 2°+3° anno (11-15 anni) FOCE 2gg/sett	2gg/sett	Sally	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
66	TESSUTI AEREI, TRAPEZIO E CERCHIO TEEN INTERMEDIO dal 2° anno (13-17 anni) ALBARO 2gg/sett	2gg/sett	Anna	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
67	TRAPEZIO E TESSUTI AEREI ADULTI INTERMEDIO (dal 3° anno) 2gg/sett	2gg/sett	Sally	VIA BATTISTI	65,00 €	195,00 €	178 €
68	TTC® - TRAINING TO CLIMB (1gg/sett)	1gg/sett	Annalisa e Benny	PIAZZA PALERMO	45,00 €	135,00 €	125 €
69	TTC® - TRAINING TO CLIMB (2gg/sett)	2gg/sett	Annalisa e Benny	PIAZZA PALERMO	65,00 €	195,00 €	178 €
70	VERTICALI (1gg/sett)	1gg/sett	Massimiliano	VIA BATTISTI	45,00 €	135,00 €	125 €
71	Yoga Post Parto e Pavimento Pelvico	1gg/sett	Serena	ONLINE	- €	INGRESSO SINGOLO	12 €
72	Yoga in Gravidanza	1gg/sett	Serena	ONLINE	- €	INGRESSO SINGOLO	12 €
73	Lezioni private				35€/h		Prenotazioni in segreteria
74	Lezioni online				da 7,5€ a 12€	ad incontro	Consultare palinsesto
75	Lezioni outdoor				da 10€ a 15€	ad incontro	Consultare palinsesto

NEL MENSILE/TRIMESTRALE E' COMPRESO L'ACCESSO GRATUITO ALL'ALLENAMENTO LIBERO DEL VENERDÌ SERA IN PIAZZA PALERMO
NEL PROGRAMMA SETTIMANALE E' PREVISTO UN ALLENAMENTO EXTRA - SPAZIO PER MASTERCLASS SPOT A PAGAMENTO IL VENERDÌ SERA A SESTRI Ponente
ENTRAMBI GLI SPAZI DEL VENERDÌ SERA SI ATTIVANO AL RAGGIUNGIMENTO DI ALMENO 10 PERSONE PRENOTATE ENTRO LE 6h ANTECEDENTI

ISCRIZIONE ANNUALE OBBLIGATORIA ALLA SOCIETA' SPORTIVA
ISCRIZIONE ANNUA PER TUTTE LE ATTIVITA' (INDOOR + OUTDOOR + ONLINE) = **45€**;
ISCRIZIONE ANNUA PER LE SOLE ATTIVITA' ONLINE = **15€**
ISCRIZIONE RIDOTTA "OSPITE" PER LA PARTECIPAZIONE AI SOLI WORKSHOP = **20€**

IN TUTTI I CASI L'ISCRIZIONE SI SALDA AL MOMENTO DELL'ACQUISTO DEL PRIMO MESE/TRIMESTRE DI FREQUENZA E COMPRENDE LA COPERTURA ASSICURATIVA
PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' **E' OBBLIGATORIO CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITA' SPORTIVA NON AGONISTICA**
TUTTE LE ATTIVITA' SONO A NUMERO CHIUSO CON PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA TRAMITE APP PALESTRE

PACCHETTI SCONTO SYNERGIKA 2025/26

MENSILE DEL PRIMO CORSO A PREZZO PIENO +
MENSILE DEL SECONDO CORSO RIDOTTO* DI **2€**

oppure

MENSILE DEL PRIMO CORSO A PREZZO PIENO +
TRIMESTRE DEL SECONDO CORSO RIDOTTO* DI **4€**

oppure

TRIMESTRE DEL PRIMO CORSO A PREZZO PIENO +
TRIMESTRE DEL SECONDO CORSO RIDOTTO* DI **6€**

*riduzioni applicabili anche come "sconto secondo figlio/a"

*riduzioni NON applicabili all'abbonamento per allenamento libero P.Palermo o per l'allenamento extra/lezioni spot Sestri P.

MODALITA' PER IL RINNOVO

BONIFICO

INTESTATARIO: SYNERGIKA SSDRL
BANCA: BANCA INTESA/PROSSIMA SPA
IBAN: IT38B0335901600100000160962
BIC/SWIFT: BCITITMX

APP PALESTRE

CON CARTA DI CREDITO oppure PREPAGATA

PAYPAL AL CONTO

info@synergikaasd.com

IN CONTANTI

in segreteria nei giorni di apertura