



Via Carlo Botta, 19
20135 - Milano
(MM3 PORTA ROMANA)
tel. 02.36752079

monteneroboxingclub@gmail.com

- BOXE/PUGILATO
- KICK BOXING
- ATHLETIC FIGHT TRAINING
- JUNIOR BOXING
- TEENAGER BOXE

ISTRUTTORI :

NICO COLAIANNI

Socio fondatore e Direttore Sportivo di Montenero Boxing Club, Tecnico certificato 2° livello FPI, Personal Trainer FIPE 2° livello. Preparatore atletico specializzato e allenatore specializzato in allenamento funzionale.

MIRKO CHIARI

Tecnico certificato 1° livello FPI

MADUSHAKA RANASINGHE

Tecnico certificato FPI

ANDREA CURCI

Tecnico certificato FPI

DANOI ALDAMA

Tecnico certificato FPI

ORARIO CORSI

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
MATTINA	h. 7.00 > 8.00	h. 7.00 > 8.00	h. 7.00 > 8.00	h. 7.00 > 8.00	h. 7.00 > 8.00	h. 11.00 > 12.30	TRAIN HARD REST HARD DAY OFF
PRANZO	h. 13.00 > 14.00	h. 13.00 > 14.00	h. 13.00 > 14.00	h. 13.00 > 14.00	h. 13.00 > 14.00		
POMERIGGIO		h. 17.00 > 18.00		h. 17.00 > 18.00			
	h. 18.00 > 19.00	h. 18.00 > 19.00	h. 18.00 > 19.00	h. 18.00 > 19.00	h. 18.00 > 19.00		
SERALE	h. 19.00 > 20.00	h. 19.00 > 20.00	h. 19.00 > 20.00	h. 19.00 > 20.00	h. 19.00 > 20.00		
	h. 20.00 > 21.00	h. 20.00 > 21.00	h. 20.00 > 21.00	h. 20.00 > 21.00	h. 20.00 > 21.00		

ABBONAMENTI (3 VOLTE A SETTIMANA)

ISCRIZIONE	BOXE	OPEN
MENSILE	€ 95	€ 120
TRIMESTRALE	€ 270	€ 345
SEMESTRALE	€ 530	€ 660
ANNUALE	€ 770	€ 990
ING. SINGOLO	€ 15	
PERS. TRAINING	€ 50 (10 lezioni € 490)	

Pacchetto 10 ingressi (utilizzabile entro un anno dalla sottoscrizione dell'abbonamento) € 140

ABBONAMENTI (2 VOLTE A SETTIMANA)

ISCRIZIONE	BOXE	KICK BOXING	A.F.T	JUNIOR BOXING
MENSILE	€ 85	€ 85	€ 85	€ 75
TRIMESTRALE	€ 250	€ 250	€ 250	€ 215
SEMESTRALE	€ 480	€ 480	€ 480	€ 410
ANNUALE	€ 715	€ 715	€ 715	

• Lezione di prova gratuita di boxe, kick boxing per tutti gli interessati di provare questa tipologia di allenamento.

• Tutti gli iscritti dovranno presentare il **certificato medico per attività sportiva non agonistica** ed effettuare il pagamento obbligatorio annuale di € 40,00 di iscrizione comprensivo di assicurazione da corrispondere al momento dell'iscrizione