

Benvenuti nel nostro Club



19,90€/mese

Niché Fitness
WELLNESS LIFESTYLE

Centro Morra
Medical Wellness

Abbonamento "Gym" - Sala Attrezzi

NICHÉ FREEDOM Gym Light

€19,90 al mese

Ingresso dalle 6:30 alle 15:30
Include:

- ☑ SALA ATTREZZI Technogym powered
- ☑ APP TECHNOGYM - Allenamento smart
- ☑ Consulenza con PERSONAL TRAINER esperto (anamnesi e prima scheda) 1/2h
- ☑ SAUNA FINLANDESE Stendhal
- ☑ Solarium e Jacuzzi

NICHÉ FREEDOM Gym Full

+€5,00 al mese

Ingresso dalle 6:30 alle 23:00
Include:

- ☑ SALA ATTREZZI Technogym powered
- ☑ APP TECHNOGYM - Allenamento smart
- ☑ Consulenza con PERSONAL TRAINER esperto (anamnesi e prima scheda) 1/2h
- ☑ SAUNA FINLANDESE Stendhal
- ☑ Solarium e Jacuzzi

Abbonamento "Class" - Sala Corsi

NICHÉ FREEDOM Class Light

€37,90 al mese

Ingresso dalle 6:30 alle 15:30
Include:

- ☑ CORSI di GRUPPO (Yoga, Pilates, Functional, Metabolic, Les Mills®)
- ☑ SALA ATTREZZI Technogym powered
- ☑ APP Technogym - Allenamento smart
- ☑ Consulenza con PERSONAL TRAINER esperto (anamnesi e prima scheda) 1/2h
- ☑ SAUNA FINLANDESE Stendhal
- ☑ Solarium e Jacuzzi

NICHÉ FREEDOM Class Full

+€7,00 al mese

Ingresso dalle 6:30 alle 23:00
Include:

- ☑ CORSI di GRUPPO (Yoga, Pilates, Functional, Metabolic, Les Mills®)
- ☑ SALA ATTREZZI Technogym powered
- ☑ APP Technogym - Allenamento smart
- ☑ Consulenza con PERSONAL TRAINER esperto (anamnesi e prima scheda) 1/2h
- ☑ SAUNA FINLANDESE Stendhal
- ☑ Solarium e Jacuzzi

I Corsi 2024/25

Inclusi nell'abbonamento «Class»

Lunedì	Martedì	Mercoledì
09:15 - 45' Pilates basic Antonella	09:15 - 45' Pilates basic Giusy	09:15 - 45' Pilates basic Antonella
10:00 - 45' Metabolic Circuit Antonella	10:00 - 45' Pilates basic Giusy	10:00 - 45' Pilates intermedio Antonella
10:50 - 45' Pilates intermedio Antonella	10:50 - 45' Pilates Giusy	10:45 - 45' Core Training Vladimiro
11:40 - 45' Pilates intermedio Antonella	12:00 - 60' Yoga Postural Laura	13:45 - 45' Functional Alberto
13:45 - 45' Functional Strength Vladimiro	19:30 - 30' Omnia Hiit Vladimiro	18:15 - 45' Pilates intermedio Barbara
18:15 - 45' Pilates intermedio Barbara	16:30 - 60' Ginnastica Posturale Carmine	19:10 - 45' Functional Hiit Vladimiro
19:10 - 50' Bodycombat LESMILLS Luigi	18:50 - 45' Pilates intermedio Gaia	20:00 - 50' Bodycombat LESMILLS Luigi
20:10 - 45' Functional Alberto	19:40 - 45' Pilates avanzato Gaia	
	20:30 - 45' Pilates avanzato Barbara	

Giovedì	Venerdì	Sabato
09:15 - 45' Pilates basic Giusy	09:15 - 45' Pilates basic Antonella	09:30 - 50' Pilates basic Antonella/Giusy
10:00 - 45' Pilates basic Giusy	10:00 - 45' Metabolic Circuit Antonella	10:30 - 50' Pilates intermedio Antonella/Giusy
10:50 - 45' Pilates intermedio Antonella	10:50 - 45' Pilates intermedio Antonella	11:30 - 60' Meditazione Laura - 1 lezione/mese
14:45 - 60' Yoga Postural Laura	13:45 - 45' Functional Endurance Vladimiro	16:00 Special Evento
16:30 - 60' Ginnastica Posturale Carmine	19:10 - 50' Bodycombat LESMILLS Luigi	
17:50 - 60' Dynamic Yoga Laura	20:10 - 45' Functional Alberto	
19:30 - 30' Omnia Hiit Vladimiro		
18:50 - 45' Pilates intermedio Gaia		
19:40 - 45' Pilates avanzato Gaia		
20:30 - 45' Pilates avanzato Barbara		

LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - VENERDÌ

16:10 - 60' **Ginnastica artistica per bambini**



Antonella Piccolo Istruttrice Pilates | **Giusy Iasevoli** Istruttrice Pilates | **Gaia Scippa** Istruttrice Pilates | **Barbara De Lillo** Istruttrice Pilates | **Laura Hassan** Istruttrice Yoga | **Luigi Marino** Istruttore Bodycombat | **Vladimiro Lionetti** Istruttore Functional | **Alberto Martini** Istruttore Functional

Studio Pilates Reformer
by Centro Morra

Pilates Reformer® Tutti i giorni

Migliora Postura, mal di schiena, potenza, tono muscolare, respirazione, flessibilità, mobilità, coordinazione, stabilità e forza!



Gaia Scippa
Responsabile Settore Pilates Reformer

Cos'è il Pilates Reformer
Grazie alla possibilità dell'utilizzo di resistenze regolabili, questo macchinario permette di ottimizzare i tempi di allenamento e grazie alla specificità della composizione personalizzata delle classi, di raggiungere rapidamente i tuoi obiettivi.

A chi è Rivolto
Adatto a tutti, a tutte le età e livelli di fitness.
» Donne in gravidanza
» Persone affette da discopatie o con problematiche posturali
» Atleti per migliorare la performance
» Lavoro "estetico" sul proprio corpo

Abbonamenti & Pricing

Lezione singola 15,00€ (iva inclusa)
Carnet 10 lezioni 139,00€ (iva inclusa)
Mensile 129,00€ (iva inclusa) max. 2 recuperi al mese
Trimestrale 339,00€ (iva inclusa) max. 2 recuperi al mese

Medical Wellness Program®
Obbligatorio per tutte le formule di abbonamento



Personal Trainer - I migliori di tutta la Campania

<p>Dott. Elia Confessore Laureato in Scienze motorie » Rieducazione posturale » Valutazione posturale funzionale » Spine 3D® - Valutazione 3D colonna con baropodometria » Rieducazione e riabilitazione post infartuoria (operazioni ortopediche)</p>	<p>Dott. Carmine Picariello Laureato in Scienze motorie » Valutazione posturale » Rieducazione posturale » Spine 3D® - Valutazione 3D colonna con baropodometria » Rieducazione motoria funzionale » Attività fisica adattata alle disabilità</p>
<p>Dott. Vincenzo Lecca Laureato in Scienze motorie e Biologo nutrizionista » Nutrizione e allenamento mirato alla ricomposizione corporea » Preparazione atletica sportiva e militare » Specializzato in allenamento mirato all'iperproliferazione muscolare e al dimagrimento</p>	<p>Dott. Vladimiro Lionetti Laureando in Scienze motorie e Personal trainer FIFE e CONI » Allenamento ad alta intensità » Circuit training ad alto impatto metabolico » Allenamento funzionale e small group trainer</p>
<p>Barbara De Lillo Laureanda in Scienze motorie » Personal Training » Small group Training » Pilates matwork » Functional Fitness</p>	<p>Dott. Alberto Martini Laureato in Scienze motorie » Personal Training » Small group Training » Functional Fitness</p>

Orari Assistenti di sala*

Da Lunedì al Venerdì
ore 6:30 alle 11:00
ore 17:00 alle 23:00

Sabato
ore 7:00 alle 11:00
ore 15:00 alle 19:00

Domenica
ore 9:00 alle 13:00

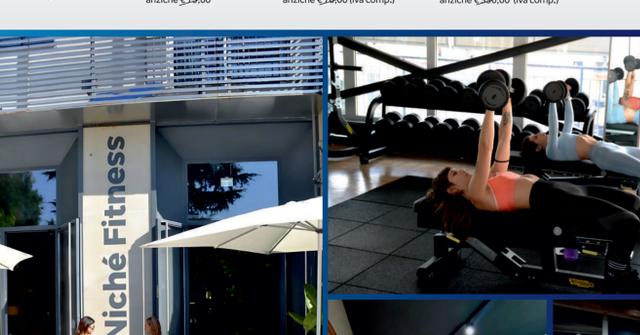
*Se hai bisogno di assistenza in sala ti consigliamo di venire in queste fasce orarie. Troverai i nostri Gym Trainer.



Trainer di Sala
Alberto Martini | Federica Leone | Mario Romano

Sauna Finlandese, Jacuzzi e Solarium

Inclusi nel tuo abbonamento



Sala Attrezzi by Technogym

Incluso nel tuo abbonamento



Sull'app Technogym tramite gli schermi in sala troverai tutte le informazioni per compiere al meglio l'esercizio, inoltre ci saranno tutti i consigli del Personal Trainer.

Medical Wellness Program PLUS®

Cento Morra

<p>Assicurazione Kasko con Generali Welion</p>	<p>Elettrocardiogramma con Certificato Medico Sportivo</p>	<p>Valutazione Posturale + Spine 3D con Scansione 3D Colonna Spine 3D</p>
<p>Consulenza con P. T. certificato digitale su App Technogym</p>	<p>MWP PLUS</p>	<p>Visita Nutrizionale + B.I.A.</p>
<p>59,90€ (iva inclusa)</p>		
<p>Servizi Extra</p> <p>Ecocardiogramma €90,00 anziché €130,00*</p>	<p>Dieta personalizzata €45,00 anziché €75,00*</p>	<p>Baropodometria statica e dinamica + Podo Scan 3D (trasmissione del piede) €60,00 anziché €70,00 (iva comp.)</p>
<p>Rieducazione Posturale Personal 11: 10 lezioni €310,00 anziché €350,00 (iva comp.)</p>		

Accreditato Generali Healthcare | Sociali Niché Fitness Club | |

via Indipendenza 21 Pomigliano d'Arco (NA) | nicheclub.it | 328 398 58 18

Consigliamo sempre di parcheggiare in via G. Leopardi (area comunale video sorvegliata) Strisce blu a solo 1,00€ per 40re, a circa 100 metri

Vai al parcheggio con Google Maps