

# Benvenuti nel nostro Club



**19,90€**  
al mese



**Niché Fitness**  
WELLNESS LIFESTYLE



**Centro Morra**  
Medical Wellness

# Niché Fitness



# Abbonamento

## "Gym"

### Sala Attrezzi

#### NICHÉ FREEDOM

#### Gym Light

€ **19**<sup>90</sup>  
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

# Abbonamento

## "Gym"

### Sala Attrezzi

#### NICHÉ FREEDOM Gym Full

€ **26**<sup>90</sup>  
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

€ **44**<sup>90</sup>  
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

# Abbonamento

## "Class"

Sala Corsi

### NICHÉ FREEDOM Class Full

€ **53**<sup>90</sup>  
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 2025

## Inclusi nell'abbonamento "Class"

### LUNEDI



**09:15** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Pilates Basic**  
150-200 kcal



**10:00** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Metabolic Circuit**  
400-600 kcal



**10:50** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Pilates intermedio**  
200-300 kcal



**11:40** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Pilates intermedio**  
200-300 kcal



**13:45** - 45' Sala corsi - Vladimiro   
**Functional Strenght**  
400-600 kcal



**18:15** - 45' Sala corsi - Barbara  
**Pilates intermedio**  
150-200 kcal



**19:10** - 50' Sala corsi - Luigi  
**Bodycombat LESMILLS**  
500-700 kcal



**20:10** - 45' Sala corsi - Alberto  
**Functional**  
350-500 kcal

### MARTEDI



**09:15** - 45' Sala corsi - Giusy  
**Pilates Basic**  
150-200 kcal



**10:00** - 45' Sala corsi - Giusy  
**Pilates Basic**  
150-200 kcal



**10:50** - 45' Sala corsi - Giusy  
**Pilates intermedio**  
200-300 kcal



**12:00** - 60' Sala corsi - Laura  
**Yoga Postural**  
200-300 kcal



**16:30** - 60' Sala corsi - Carmine  
**Ginnastica Posturale**



**18:00** - 45' Sala corsi - Vladimiro   
**Functional Strenght**  
400-600 kcal



**19:30 e 20:00** - 30' Sala Omnia - Vladimiro  
**Omnia Hiit**  
400-600 kcal



**18:50** - 45' Sala corsi - Gaia  
**Pilates intermedio**  
200-300 kcal



**19:40** - 45' Sala corsi - Gaia  
**Pilates avanzato**  
250-350 kcal



**20:30** - 45' Sala corsi - Barbara  
**Pilates avanzato**  
250-350 kcal



# I Corsi 2025

Inclusi nell'abbonamento  
"Class"

## MERCOLEDÌ



**09:15** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Pilates Basic**

150-200 kcal



**10:00** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Pilates intermedio**

200-300 kcal



**10:45** - 45' Sala corsi - Vladimiro  
**Core Training**

250-400 kcal



**13:45** - 45' Sala corsi - Alberto  
**Functional**

350-500 kcal



**18:15** - 45' Sala corsi - Barbara  
**Pilates intermedio**

200-300 kcal



**19:10** - 45' Sala corsi - Vladimiro  
**Functional**

350-500 kcal



**20:00** - 50' Sala corsi - Luigi  
**Bodycombat LESMILLS**

500-700 kcal

## GIOVEDÌ



**09:15** - 45' Sala corsi - Giusy  
**Pilates Basic**

150-200 kcal



**10:00** - 45' Sala corsi - Giusy  
**Pilates Basic**

150-200 kcal



**10:50** - 45' Sala corsi - Giusy  
**Pilates intermedio**

200-300 kcal



**14:45** - 60' Sala corsi - Laura  
**Yoga Postural**

200-300 kcal



**16:30** - 60' Sala corsi - Carmine  
**Ginnastica Posturale**



**17:50** - 60' Sala corsi - Laura  
**Dynamic Yoga**

400-600 kcal



**19:30 e 20:00** - 30' Sala Omnia - Vladimiro  
**Omnia Hiit**

400-600 kcal



**18:50** - 45' Sala corsi - Gaia  
**Pilates intermedio**

200-300 kcal



**19:40** - 45' Sala corsi - Gaia  
**Pilates avanzato**

250-350 kcal



**20:30** - 45' Sala corsi - Barbara  
**Pilates avanzato**

250-350 kcal



# I Corsi 2025

## Inclusi nell'abbonamento "Class"

### VENERDI



**09:15** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Pilates Basic**  
150-200 kcal



**10:00** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Metabolic Circuit**  
400-600 kcal



**10:50** - 45' Sala corsi - Antonella  
**Pilates intermedio**  
200-300 kcal



**13:45** - 45' Sala corsi - Vladimiro **NEW**  
**Functional Endurance**  
400-600 kcal



**19:10** - 50' Sala corsi - Luigi  
**Bodycombat LESMILLS**  
500-700 kcal



**20:10** - 45' Sala corsi - Alberto  
**Functional**  
350-500 kcal

### SABATO



**09:30** - 50' Sala corsi - Antonella/Giusy  
**Pilates Basic**  
150-200 kcal



**10:30** - 50' Sala corsi - Antonella/Giusy  
**Pilates Basic**  
150-200 kcal



**11:30** - 60' Sala corsi - Laura  
**Meditazione**  
200-300 kcal



**16:00** - 60' Sala corsi **NEW**  
**Special Evento**

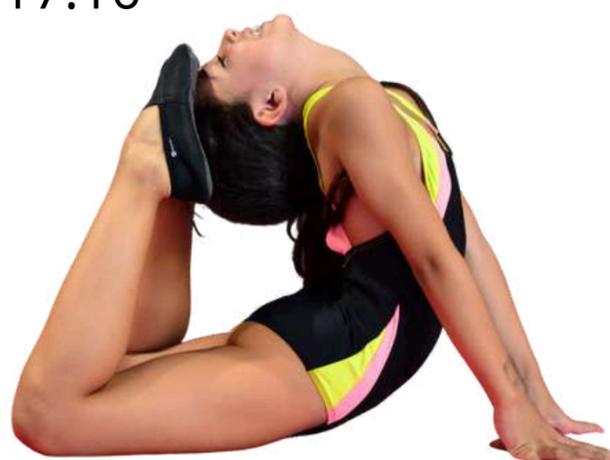


## Ginnastica Artistica per bambini

### GIORNI

### ORARIO

|           |                       |
|-----------|-----------------------|
| Lunedì    | 15:10 - 16:10 - 17:10 |
| Mercoledì | 15:10 - 16:10 - 17:10 |
| Venerdì   | 15:10 - 16:10 - 17:10 |



# I nostri Istruttori



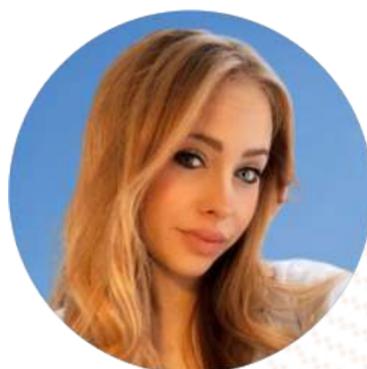
**Antonella Piccolo**  
Istruttrice Pilates



**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

# Pilates Reformer: Nuovo Studio e Prezzi Imbattibili!

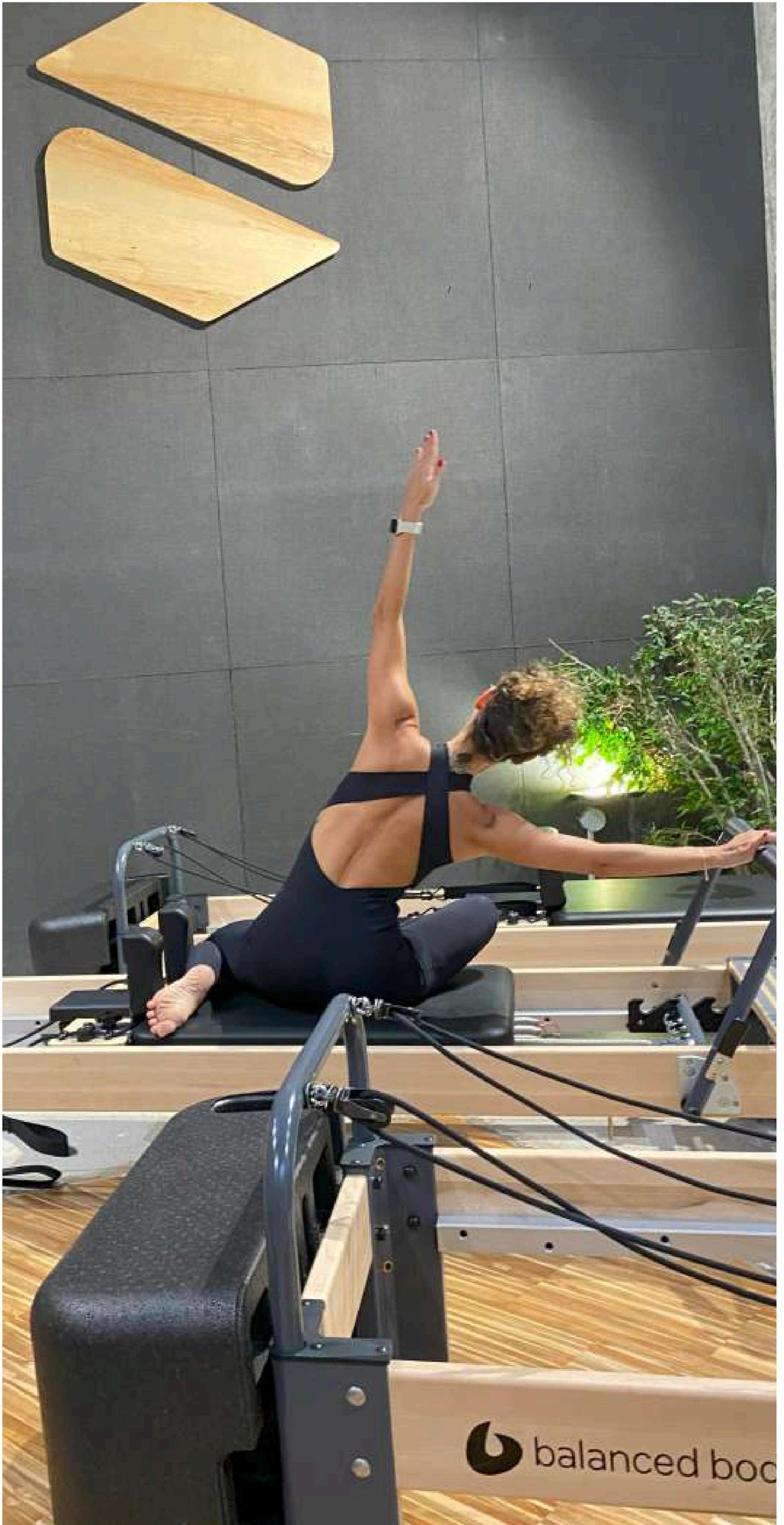


# Prezzi Lancio 2025!

- » **Lezione Singola**  
15,00€
  - » **Carnet 10 Lezioni**  
119,00€ (durata 3 mesi)
  - » **Abbonamento Mensile**  
109,00€
  - » **Abbonamento Trimestrale**  
229,00€
- 

## Prezzi con Abbonamento Attivo al Niché Club

- » **Lezione Singola**  
10,00€  
con Abbonamento **Class** o **Gym**
- » **Carnet 10 Lezioni**  
69,00€ (durata 3 mesi)  
con Abbonamento **Class** o **Gym**
- » **Abbonamento Mensile**  
59,00€ con Abbonamento **Class**  
79,00€ con Abbonamento **Gym**
- » **Abbonamento Trimestrale**  
139,00€ con Abbonamento **Class**  
189,00€ con Abbonamento **Gym**

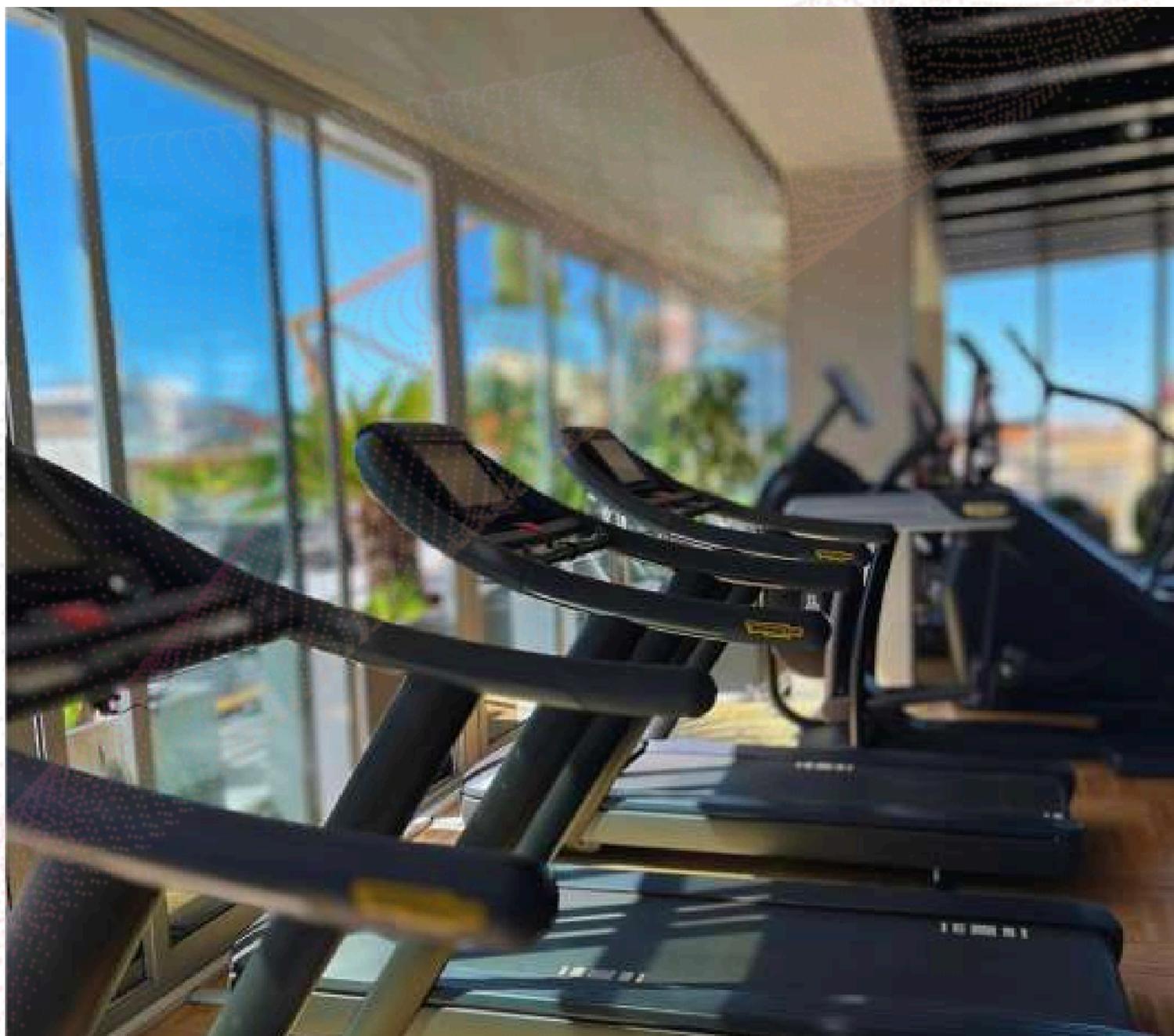




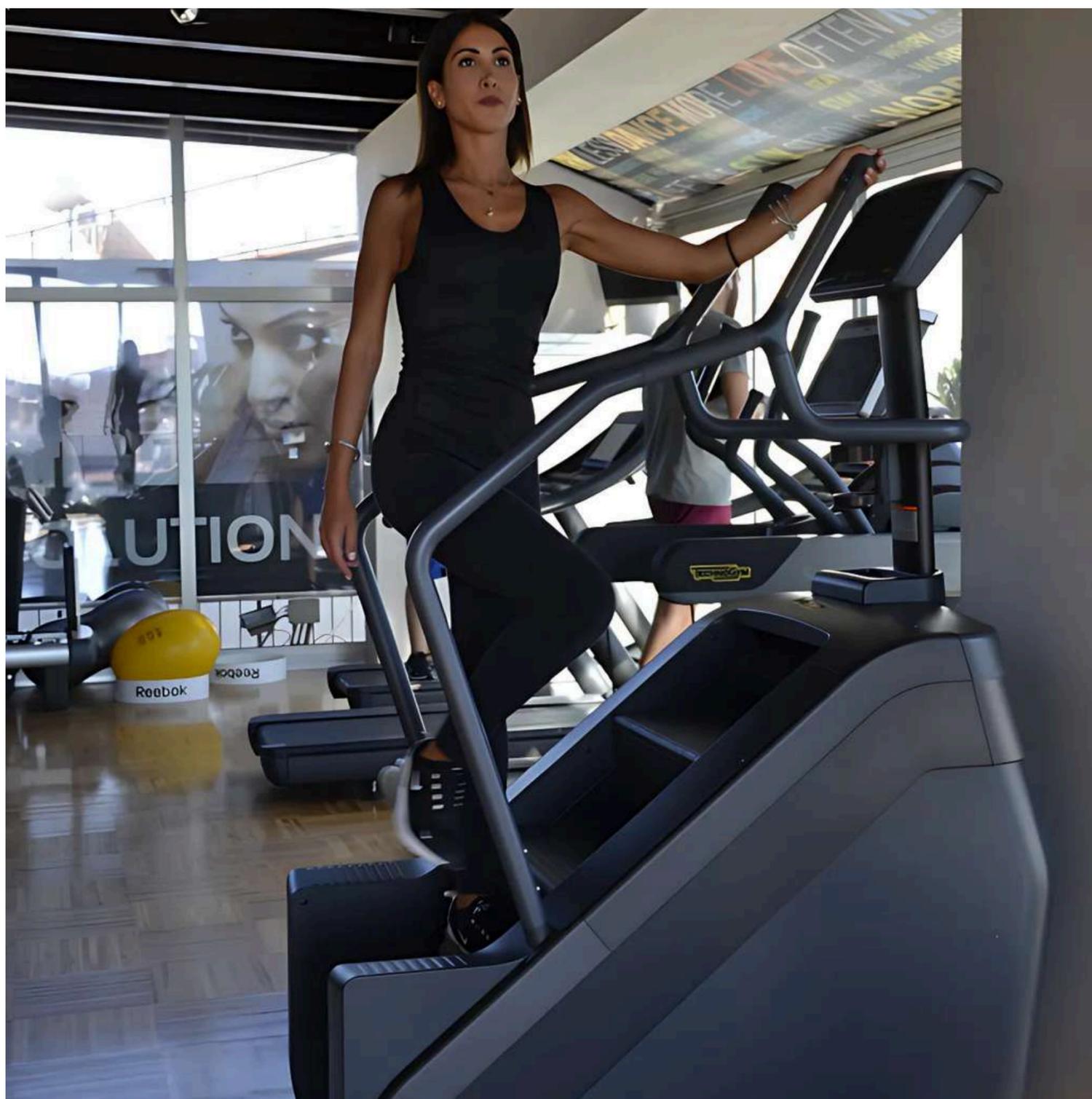


# Sala Attrezzi by Technogym

Incluso nel tuo abbonamento

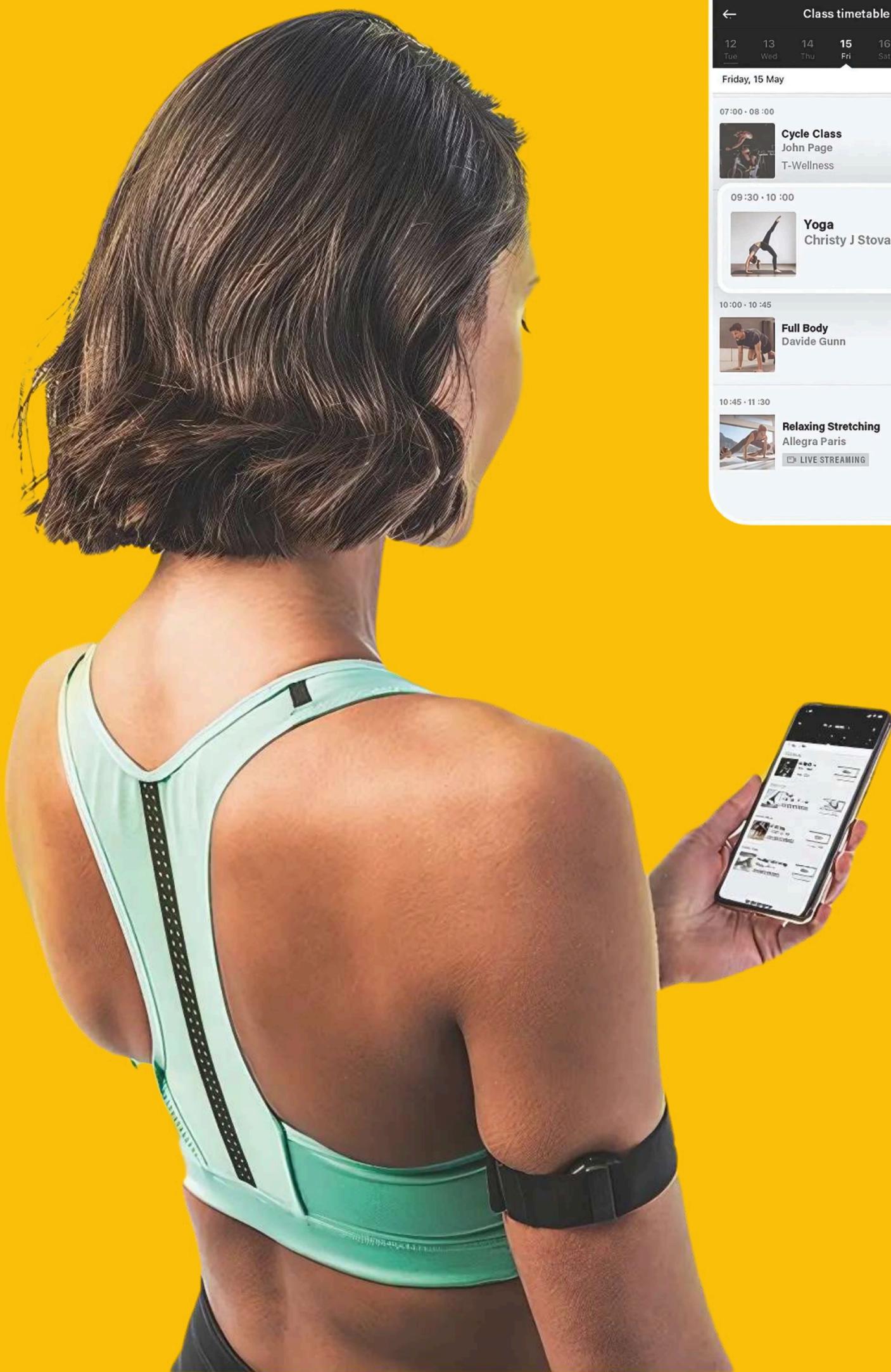
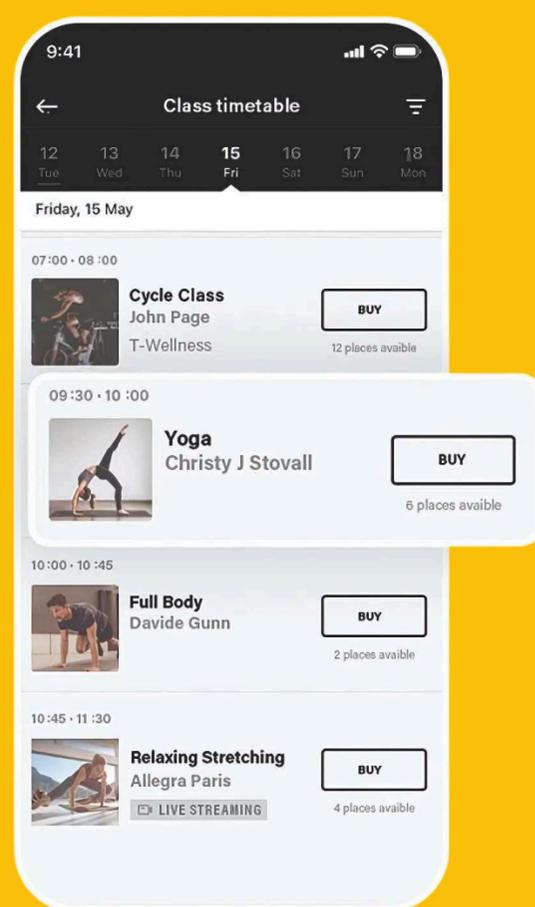








Sull'App **Technogym** tramite gli schermi in sala troverai tutte le informazioni per compiere al meglio l'esercizio, inoltre ci saranno tutti i consigli del **Personal Trainer**.





# Personal Trainer

I migliori di tutta  
la **Campania**



## **Dott. Elia Confessore**

Laureato in Scienze motorie

- › Rieducazione posturale
- › Valutazione posturale funzionale
- › Spine 3D® - Valutazione 3D colonna con baropodometria
- › Rieducazione e riatletizzazione post infortunio (operazioni ortopediche)



## **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



### **Dott. Vincenzo Lecce**

Laureato in Scienze motorie e Biologo nutrizionista

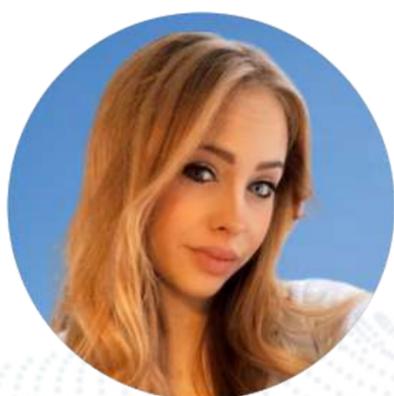
- › Nutrizione e allenamento mirato alla ricomposizione corporea
- › Preparazione atletica sportiva e militare
- › Specializzato in allenamento mirato all'ipertrofia muscolare e al dimagrimento



### **Dott. Vladimiro Lionetti**

Laureando in Scienze motorie e Personal trainer FIPE e CONI

- › Allenamento ad alta intensità
- › Circuit training ad alto impatto metabolico
- › Allenamento funzionale e small group trainer



### **Barbara De Lillo**

Laureanda in Scienze motorie

- › Personal Training
- › Small group Training
- › Pilates matwork
- › Functional Fitness



### **Dott. Alberto Martini**

Laureato in Scienze motorie

- › Personal Training
- › Small group Training
- › Functional Fitness



# Orari Assistenti di Sala

## Da Lunedì al Venerdì

ore **6:30** alle **12:00** | ore **16:00** alle **23:00**

## Sabato

ore **7:00** alle **13:00** | 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**.

---

## Gym Trainer sala attrezzi



**Federica Leone**  
Istruttrice



**Alberto Martini**  
Istruttore



**Mario Romano**  
Istruttore



**Gianmarco Genvitti**  
Istruttore

# Medical Wellness Program: il Miglior Check-Up per lo Sportivo!



**Elettrocardiogramma**  
con Certificato Medico Sportivo



**Visita Posturale**  
**+ Spine 3D** NEW  
con Scansione 3D  
Colonna Spine 3D



**Assicurazione**  
**Kasko** NEW  
con Generali Welion



**Consulenza con**  
**P.T. certificato**  
digitale su App Technogym



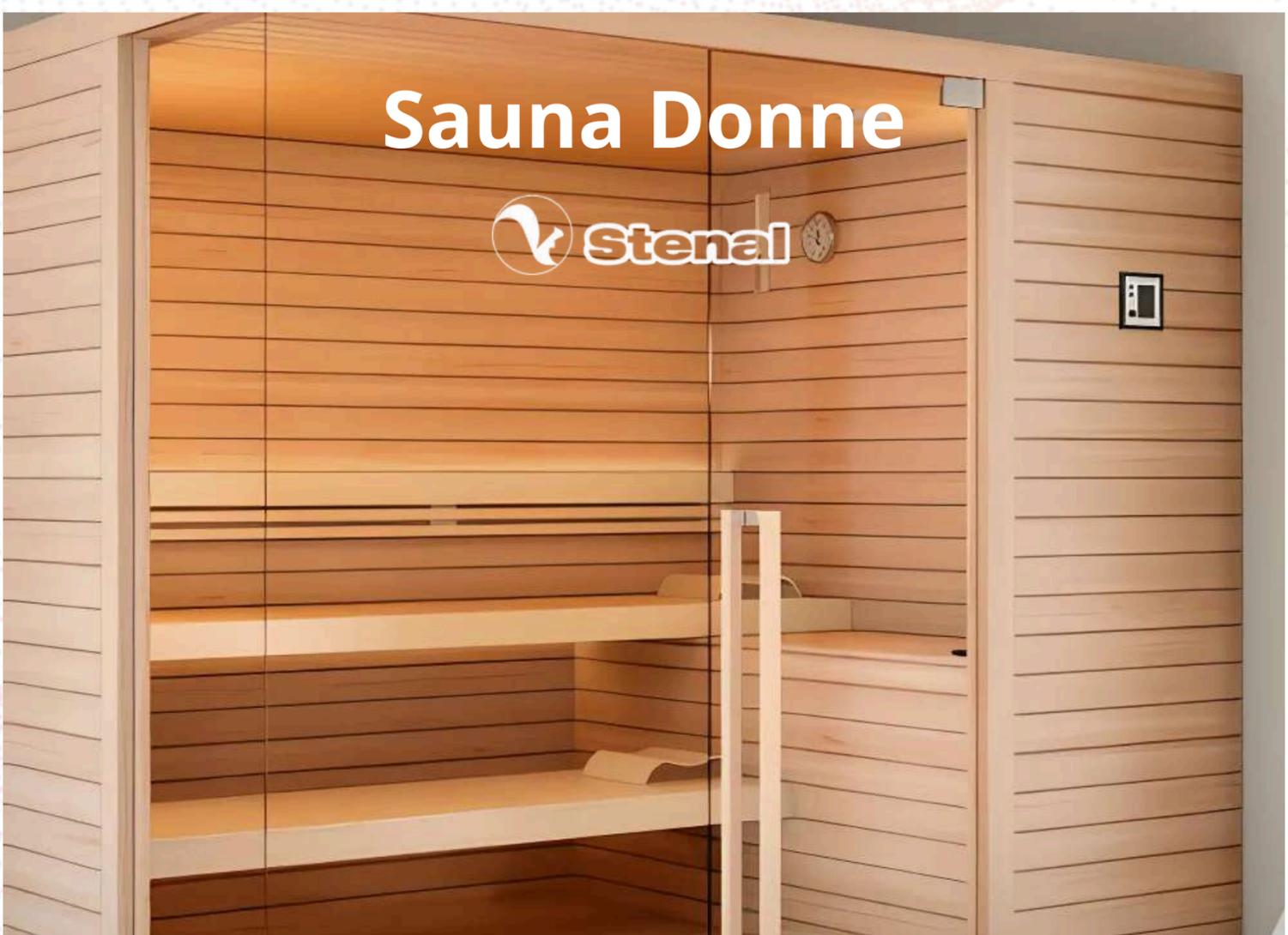
**Visita Nutrizionale**  
**+ B.I.A.**

**59,90€**  
(iva inclusa)



# Sauna Finlandese

Inclusa nel tuo abbonamento



# Solarium e Jacuzzi

Inclusi nel tuo abbonamento







**Jacuzzi**





328 398 58 18



328 398 58 18



[nicheclub.it](http://nicheclub.it)



via Indipendenza 21 Pomigliano d'Arco (NA)



[nicheclub](https://www.facebook.com/nicheclub)



[nichewellnessclub](https://www.instagram.com/nichewellnessclub)



Consigliamo sempre di parcheggiare  
in via G. Leopardi (area comunale video sorvegliata)  
Strisce blu a solo 1,00€ per 4ore, a circa 100 metri



Vai al Parcheggio con Google Maps