

Benvenuti nel nostro Club

Guida ai Servizi Niché 2026/27



da
19,90€
al mese



Centro Morra
Medical Wellness



Niché
Fitness & Wellbeing

 Centro Morra
Medical Wellness


Centro Morra
Polispecialistico


Nichè Fitness

Nichè Fitness

Abbonamenti

"Gym"

(sala attrezzi)

GYM LIGHT

MENSILE

€19⁹⁰
al mese
Iva inc.

-  Accesso senza limiti dalle 6:30 alle 15:30
-  Sala attrezzi Technogym
-  Programma di allenamento personalizzato
-  Sauna Finlandese - accesso illimitato



GYM SMART

MENSILE

€ **24** **90**
al mese
Iva inc.



Accesso senza limiti - tranne il lunedì
e mercoledì: dalle 6:30 alle 15:30



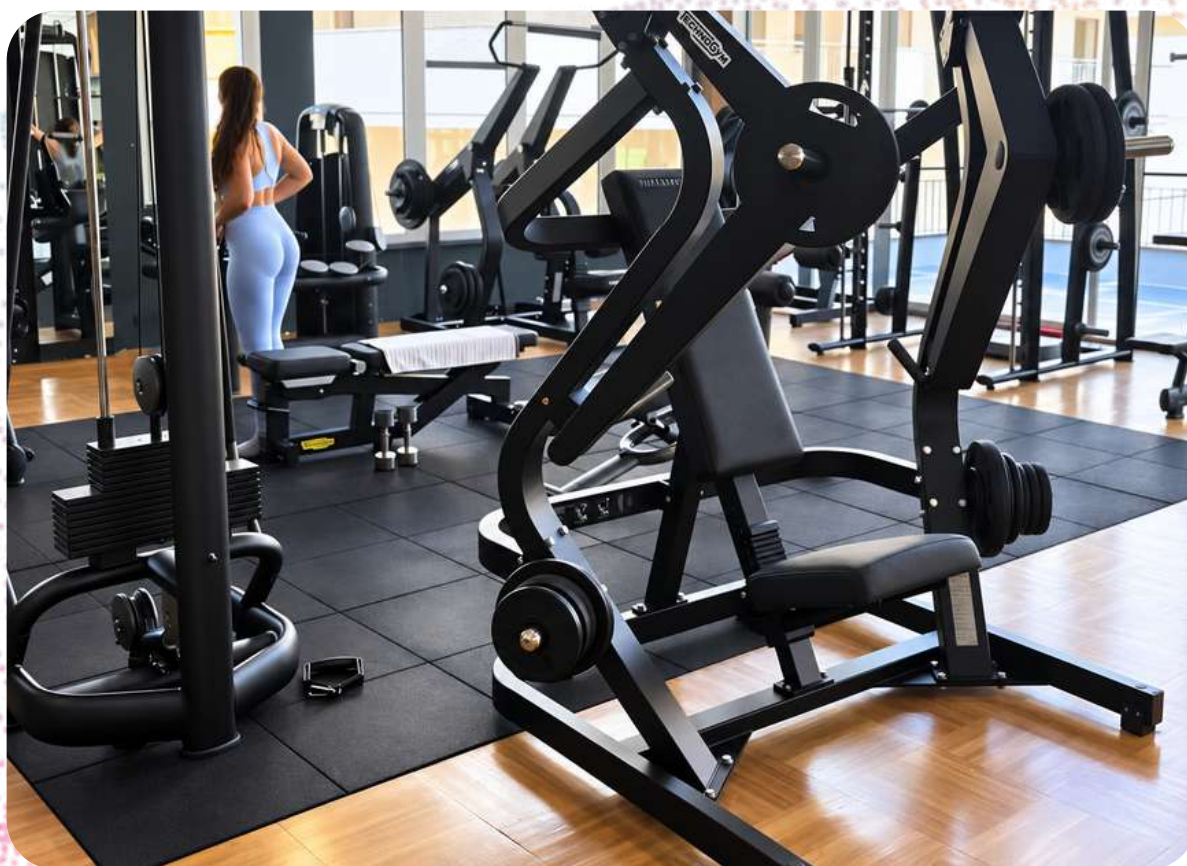
Sala attrezzi Technogym



Programma di allenamento personalizzato



Sauna Finlandese - accesso illimitato



GYM FULL MENSILE

€ **29**⁹⁰
al mese
Iva inc.



Accesso senza limiti dalle 6:30 alle 23:00



Sala attrezzi Technogym



Programma di allenamento personalizzato



Sauna Finlandese - accesso illimitato



Abbonamenti "Class"

CLASS LIGHT MENSILE

€ **44** **90**
al mese
Iva inc.

-  Accesso senza limiti dalle 6:30 alle 15:30
-  Accesso a tutti i Corsi di Gruppo da Palinsesto
-  Sala attrezzi Technogym
-  Programma di allenamento personalizzato
-  Sauna Finlandese - accesso illimitato



CLASS FULL MENSILE

€ **51** **90**
al mese
Iva inc.

-  Accesso senza limiti dalle 6:30 alle 23:00
-  Accesso a tutti i Corsi di Gruppo da Palinsesto
-  Sala attrezzi Technogym
-  Programma di allenamento personalizzato
-  Sauna Finlandese - accesso illimitato



**Scopri gli altri
abbonamenti**

Vai a questo **link** oppure
scarica il QR code





Niché
Fitness

NICHÉ **PALINSESTO** *CORSI* **2026-27**



Scopri i Corsi ➡

I Corsi 2026-27

Inclusi nell'abbonamento "Class"

LUNEDI



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



10:30 - 50' Sala corsi - Antonella
Metabolic Circuit
400-600 kcal



11:30 - 50' Sala corsi - Antonella
Pilates Basic/Intermedio
200-300 kcal



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



17:00 - 50' - Marco - Federica
Ginnastica Posturale



18:30 - 45' Sala corsi - Annarita
Pilates Inter./Avan.
200-330 kcal



19:15 - 45' Sala corsi - Federica
Functional Strength
400-600 kcal



20:00 - 60' Sala corsi - Luigi
Kombat Challenge
500-700 kcal

MARTEDI



09:30 - 50' Sala corsi - Mariagrazia
Pilates Basic
150-200 kcal



10:30 - 50' Sala corsi - Mariagrazia
Pilates Basic/Intermedio
200-300 kcal



11:30 - 50' Sala corsi - Mariagrazia
Pilates intermedio
200-300 kcal



12:30 - 60' Sala corsi - Laura
Yoga Postural
200-300 kcal



16:30 - 50' - Marco - Federica
Ginnastica Posturale



18:45 - 45' Sala corsi - Adele
Pilates Basic/Intermedio
200-300 kcal



19:30 - 30' Sala Omnia - Vladimiro
Omnia Hiit
400-600 kcal



19:40 - 45' Sala corsi - Adele
Pilates Inter./Avan.
200-330 kcal



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

MERCOLEDÌ



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



10:30 - 50' Sala corsi - Antonella
Pilates Basic/Intermedio
200-300 kcal



11:30 - 45' Sala corsi - Vladimiro
Core Training
250-400 kcal



13:45 - 45' Sala corsi - Federica
Functional Hiit
500-750 kcal



17:00 - 50' - Marco - Federica
Ginnastica Posturale



18:30 - 45' Sala corsi - Annarita
Pilates Inter./Avan.
200-330 kcal



19:15 - 45' Sala corsi - Vladimiro
Functional Hiit
500-750 kcal



20:00 - 60' Sala corsi - Luigi
Kombat Burn
500-700 kcal

GIOVEDÌ



09:30 - 50' Sala corsi - Mariagrazia
Pilates Basic
150-200 kcal



10:30 - 50' Sala corsi - Mariagrazia
Pilates Basic/Intermedio
200-300 kcal



11:30 - 50' Sala corsi - Mariagrazia
Pilates intermedio
200-300 kcal



15:00 - 60' Sala corsi - Laura
Yoga Postural
200-300 kcal



16:30 - 50' - Marco - Federica
Ginnastica Posturale



17:30 - 60' Sala corsi - Laura
Dynamic Yoga
400-600 kcal



18:50 - 45' Sala corsi - Adele
Pilates Basic/Intermedio
200-300 kcal



19:30 - 30' Sala Omnia - Vladimiro
Omnia Hiit
400-600 kcal



19:40 - 45' Sala corsi - Adele
Pilates Inter./Avan.
200-330 kcal



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

VENERDÌ



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



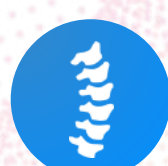
10:30 - 50' Sala corsi - Antonella
Metabolic Circuit
400-600 kcal



11:30 - 50' Sala corsi - Antonella
Pilates intermedio
200-300 kcal



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



17:00 - 50' - Marco - Federica
Ginnastica Posturale



19:00 - 60' Sala corsi - Luigi
Kombat Burn
500-700 kcal

SABATO



09:30 - 45' Sala corsi - Antonella/Adele
Pilates Basic
150-200 kcal



10:15 - 45' Sala corsi - Antonella/Adele
Pilates intermedio
200-300 kcal



11:30 - 60' Sala corsi - Laura
Meditazione - un incontro al mese
150-200 kcal



16:00 - 60' Sala corsi
Special Event

NEW

I nostri Istruttori



Vladimiro Lionetti
Istruttore Functional



Laura Hassan
Istruttrice Yoga



Federica Leone
Istruttrice Functional



Barbara De Lillo
Istruttrice Pilates



Adele Visconti
Istruttrice Pilates



Luigi Marino
Istruttore Kombat Burn



Antonella Piccolo
Istruttrice Pilates



Mariagrazia Nettuno
Istruttrice Pilates

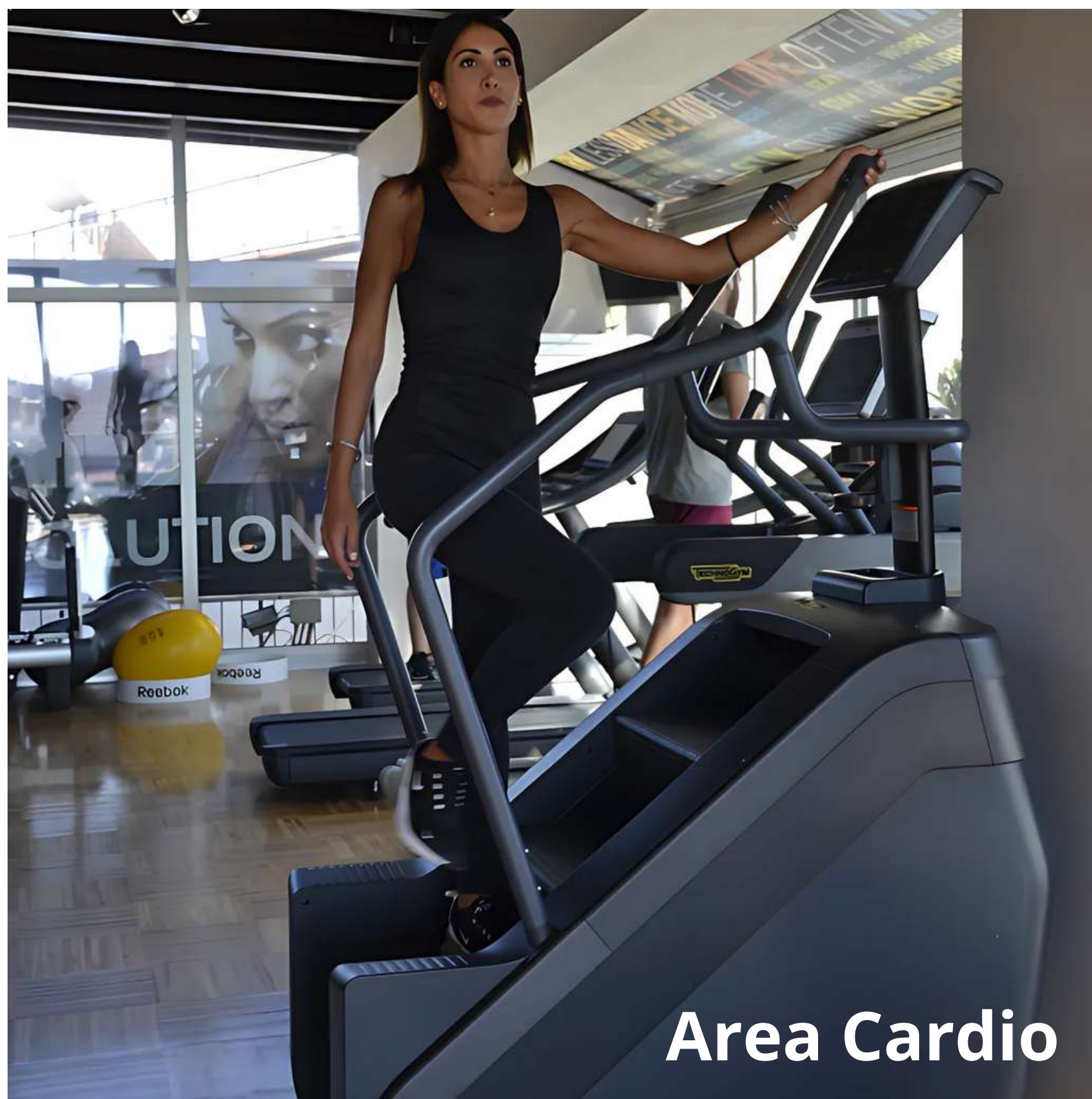
Sala Attrezzi by Technogym®

L'eccellenza del movimento, pensata per te. L'accesso libero alle migliori attrezzature è la nostra garanzia di qualità.



Area Cardio





Area Cardio

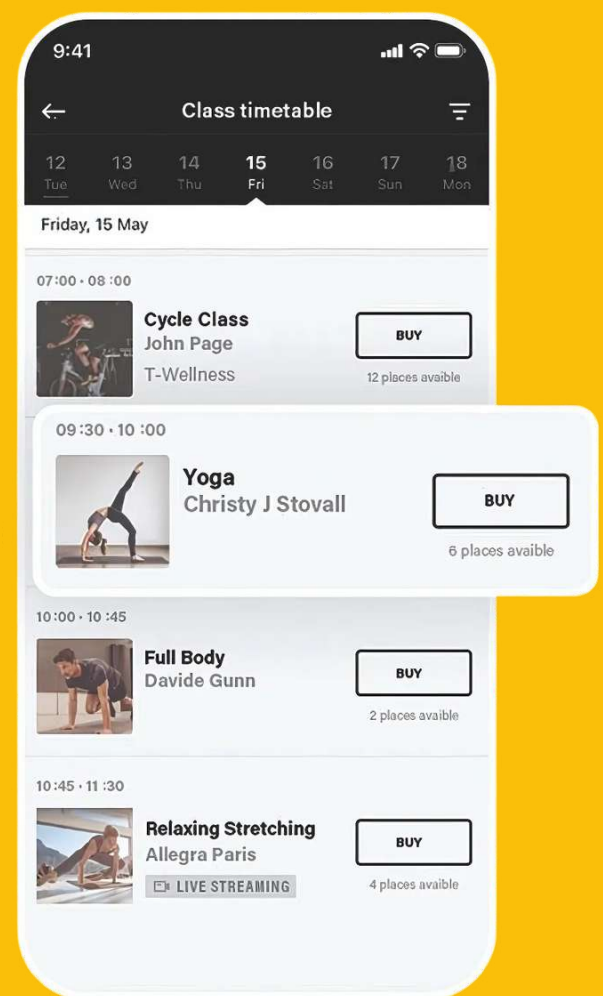
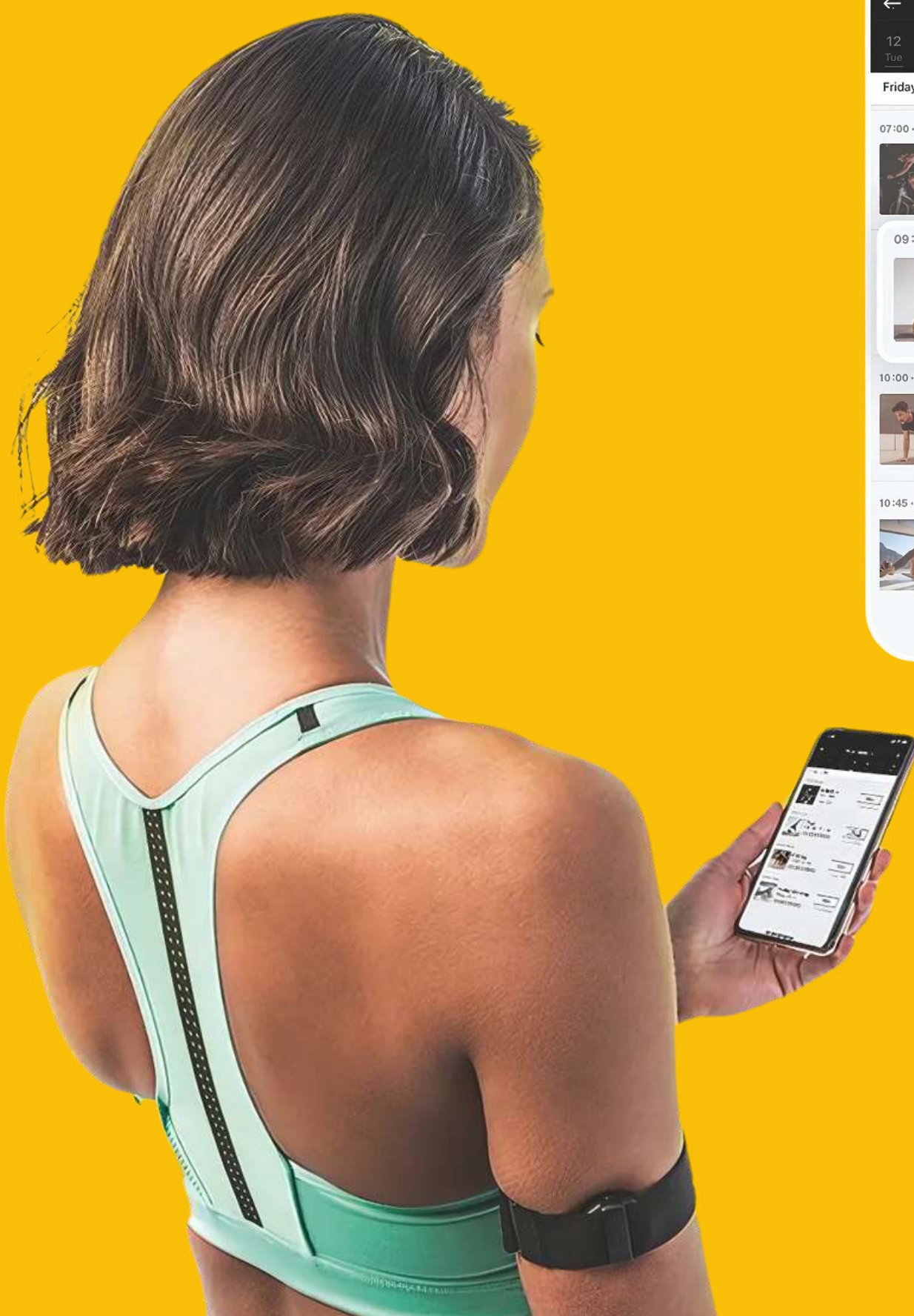


Sala Attrezzi



App Technogym® incluso nel tuo Abbonamento

La tua **scheda d'allenamento**
sempre a portata di mano. Guarda
i tutorial per eseguire ogni esercizio
alla perfezione e lasciati guidare in
ogni momento dai consigli del tuo
Personal Trainer.





Personal Trainer

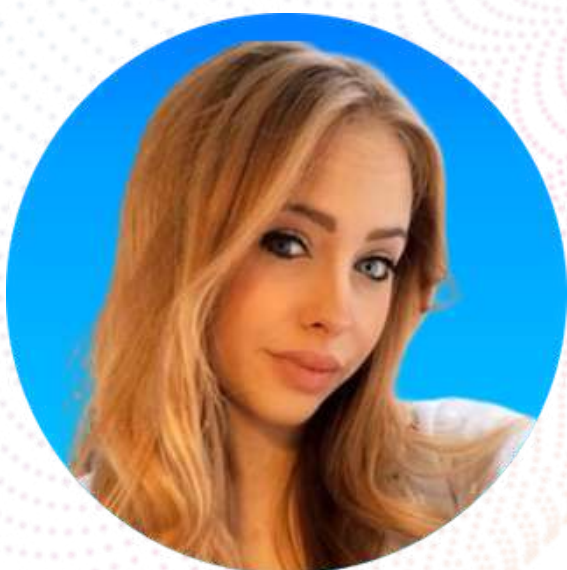
L'esperienza che ti fa sentire al sicuro.
Ti ascoltiamo, capiamo i tuoi bisogni e
costruiamo l'allenamento perfetto per
farti stare bene.



Vladimiro Lionetti

Laureato in Scienze motorie e Personal trainer FIPE e CONI

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



Barbara De Lillo

Laureanda in Scienze motorie

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



Federica Leone

Laureata in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate

- › Esercizio Correttivo
- › Posturologia
- › Allenamento Funzionale Personalizzato



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. Marco Fiscale

Laureato in Scienze e Management dello Sport e delle Attività Motorie

- › Preparazione atletica sportiva



Dott. Mario Romano

Laureato in Scienze motorie

- › Preparazione atletica sportiva



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 della colonna con baropodometria
- › Rieducazione motoria funzionale
- › Attività fisica adattata alle disabilità



Orari Assistenti di Sala

Da Lunedì al Venerdì

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

Sabato

dalle **7:00** alle **12:00** | dalle **15:00** alle **19:00**

Domenica

dalle **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

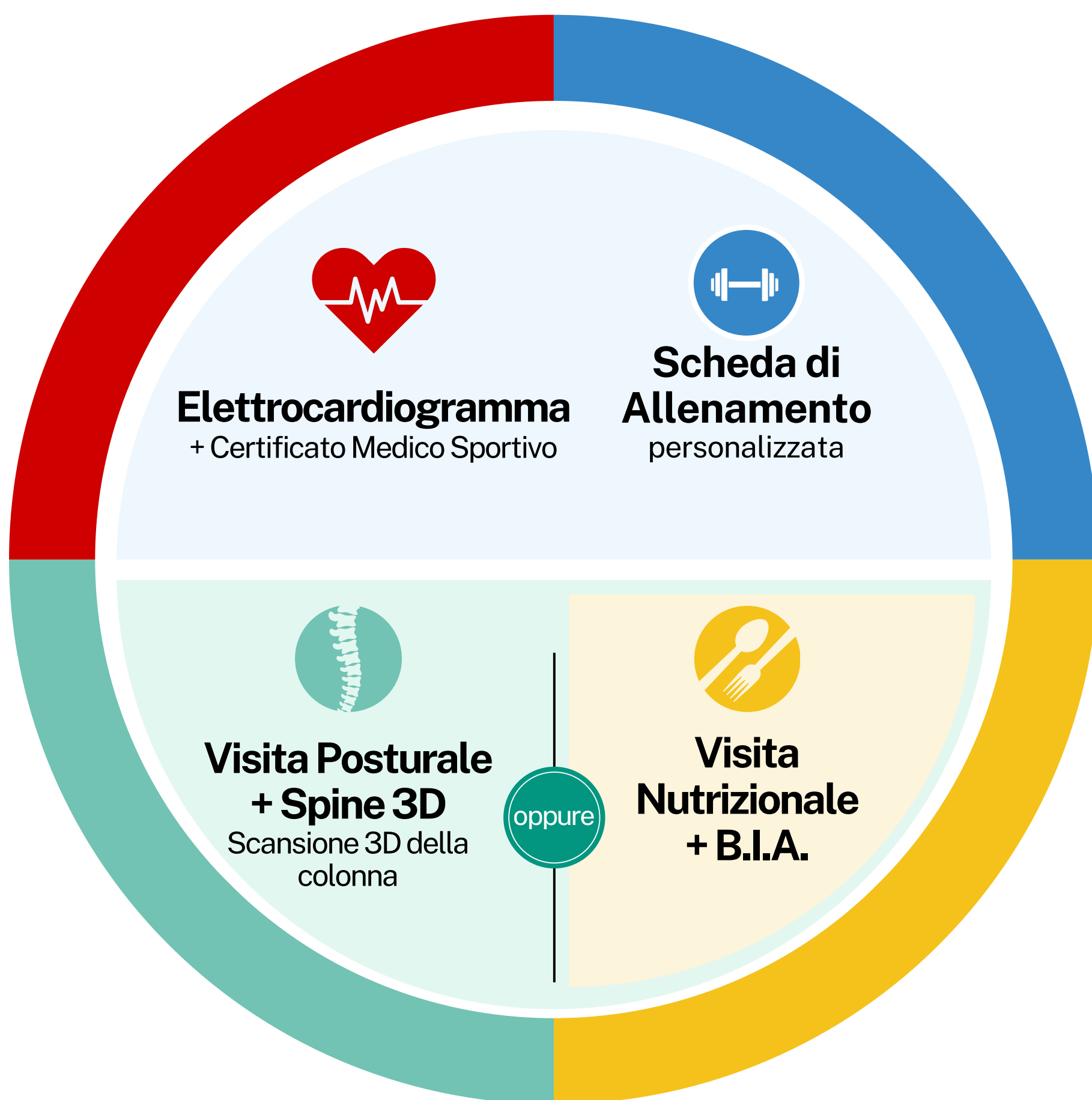


Marco Fiscale
Istruttore



Mario Romano
Istruttore

Medical Wellness Prevention: il miglior modo per iniziare!



64,90€*

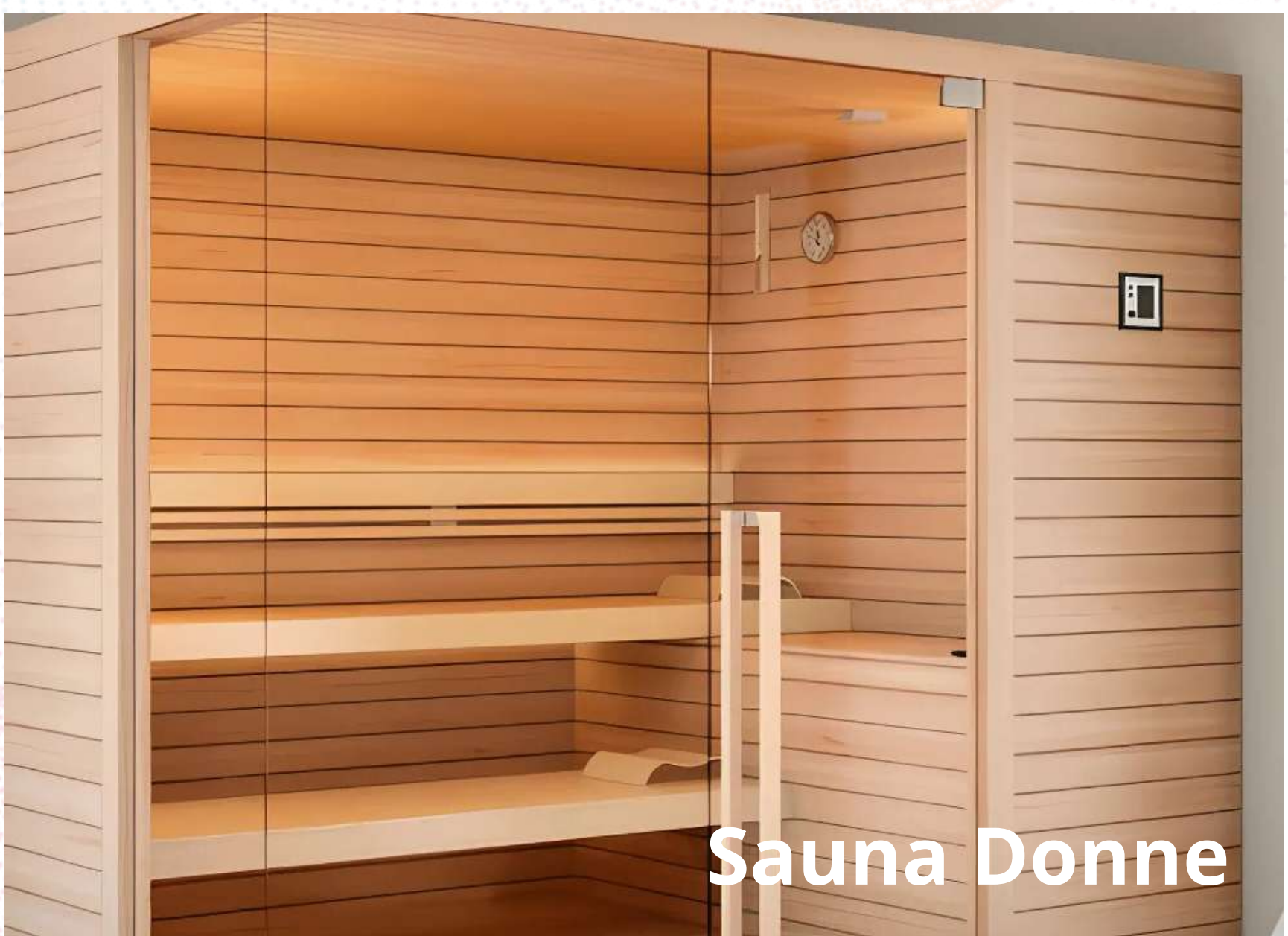
*Prestazione sanitaria detraibile

+15,00 €

per un inquadramento totale: integra il tuo percorso includendo la 2° valutazione.

Sauna Finlandese

Inclusa nel tuo abbonamento





Spogliatoio femminile



Spogliatoio femminile



328 398 58 18



328 398 58 18



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 ad 1,00 € per 4 ore, a circa 100 metri



Vai al Parcheggio con Google Maps

Scopri il Pilates Reformer Niché

Piccoli gruppi,
attenzione dedicata,
grandi risultati.



Abbonamenti Reformer

Lezione Singola

15,00€

Mensile

Addebito Ricorrente

99,00€ /mese

Carta o contanti

119,00€ /mese

Carnet 10 lezioni

119,00€

Trimestrale

289,00€

Semestrale

576,00€

Aggiungi al tuo
percorso

Mensile

+19,90€

Gym Full
anziché 29,90€

+39,90€

Class Full
anziché 51,90€

Se hai già attivo un
abbonamento Niché

Mensile

Gym + Reformer

119,00€ /mese

Class + Reformer

139,00€ /mese

I Corsi 2026-27

Pilates Reformer

LUNEDÌ



06:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Basic



07:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



08:30 - 50' - ANTONELLA
Reformer
Basic



09:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio



10:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



17:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Basic



18:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio



19:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



20:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Avanzato

MARTEDÌ



07:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Intermedio/Avanzato



08:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Intermedio/Avanzato



09:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio



10:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



12:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Functional



13:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Postural Miofasciale



16:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio



17:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio/Avanzato



18:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio/Avanzato



19:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio/Avanzato



20:30 - 50' - ADELE
Reformer
Intermedio/Avanzato

MERCOLEDÌ



06:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Basic



07:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



08:30 - 50' - ANTONELLA
Reformer
Basic



09:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio



10:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



11:30 - 50' - ANTONELLA
Reformer
Basic



17:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Basic



18:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio



19:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



20:00 - 50' - PASQUALE
Reformer
Avanzato

GIOVEDÌ



07:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Intermedio/Avanzato



08:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Intermedio/Avanzato



09:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio



10:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



12:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Functional



13:30 - 50' - MARIAGRAZIA
Reformer
Postural Miofasciale



16:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio



17:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio/Avanzato



18:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio/Avanzato



19:30 - 50' - LAURA
Reformer
Intermedio/Avanzato



20:30 - 50' - ADELE
Reformer
Intermedio/Avanzato

VENERDÌ



06:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Basic



07:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



08:30 - 50' - ANTONELLA
Reformer
Basic



09:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio



10:30 - 50' - PASQUALE
Reformer
Intermedio/Avanzato



SABATO



11:00 - 50' - ANTONELLA/ADELE
Reformer
Basic



12:00 - 50' - ANTONELLA/ADELE
Reformer
Intermedio





Sala Reformer



Sala Reformer



Sala Reformer



Sala Reformer



328 398 58 18



328 398 58 18



nicheclub.it



via Indipendenza 21 Pomigliano d'Arco (NA)



nicheclub



nichewellnessclub



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



Vai al Parcheggio con Google Maps