




SPORT LAB®
CAPRI

ENGLISH



PRIVATE E-BIKE FIT TOUR

Private e-bike tour to discover Capri with a Certified Guide. A rejuvenating experience among breathtaking views and the sea. E-bike and safety equipment included. Maximum 2 participants per experience.

€ 150 / h p.p.

E-FOIL LITE BOARD PRIVATE LESSON

Private efoil lite board lesson with a qualified instructor, offering an exclusive experience on the waters of Capri. Equipment included. Maximum 2 participants per lesson.

€ 150 / h p.p.



KAYAK TOUR 60'

A 1-hour kayak excursion to explore the coastline and crystal-clear waters of Capri.

€ 150 / h p.p.

YOGA

A yoga experience focused on balance between body and mind, immersed in the peaceful beauty of Capri

€ 150 / h p.p.



PILATES

Pilates sessions designed to improve posture, flexibility, and body control in an elegant and relaxing atmosphere.

€ 150 / h p.p.



PERSONAL TRAINER LESSON 60'

One-to-one training session with a qualified personal trainer, tailored to fitness, toning, and wellness goals.

€ 150 / h p.p.

BOXING LESSON 60'

Private boxing lesson with experienced professionals, focused on technique, coordination, and energy in an exclusive setting.

€ 150 / h p.p.



JU JITSU 60'

Ju Jitsu session led by qualified instructors, dedicated to technique, balance, and personal discipline.

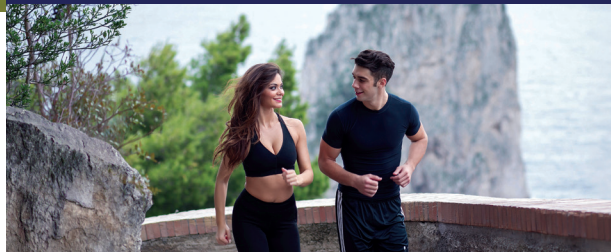
€ 150 / h p.p.



JOGGING / RUNNING 60'

Guided jogging / running session led by a qualified instructor through the island's most evocative routes.

€ 150 / h p.p.



HIKING 60'

Hiking experience led by a professional guide along trails nestled between nature, the sea, and breathtaking views.

€ 150 / h p.p.



ITALIANO



PRIVATE E-BIKE FIT TOUR

Tour privato in e-Bike alla scoperta di Capri con Guida Tecnica Certificata. Un'attività rigenerante tra panorami e mare. E-bike e dotazione di sicurezza inclusa. Massimo 2 partecipanti per esperienza.

€ 150 / h p.p.

E-FOIL LITE BOARD PRIVATE LESSON

Lezione privata di Efoil lite board con istruttore qualificato, per vivere un'esperienza esclusiva sul mare di Capri. Noleggio incluso. Massimo 2 partecipanti per lezione.

€ 150 / h p.p.



KAYAK TOUR 60'

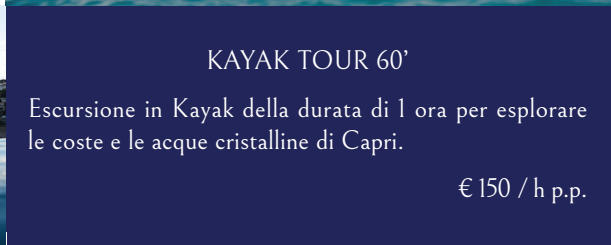
Escursione in Kayak della durata di 1 ora per esplorare le coste e le acque cristalline di Capri.

€ 150 / h p.p.

YOGA

Esperienza di yoga dedicata all'equilibrio tra corpo e mente, immersi nella quiete e nella bellezza naturale di Capri.

€ 150 / h p.p.



PILATES

Lezioni di Pilates per migliorare postura, elasticità e controllo del corpo, in un'atmosfera elegante e rilassante.

€ 150 / h p.p.



PERSONAL TRAINER LESSON 60'

Allenamento individuale con personal trainer qualificato, studiato su misura per obiettivi di fitness, tonificazione e benessere.

€ 150 / h p.p.

BOXE LESSON 60'

Lezione privata di boxe con professionisti esperti, per sviluppare tecnica, coordinazione ed energia in un contesto esclusivo.

€ 150 / h p.p.



JU JITSU 60'

Sessione di Ju Jitsu guidata da istruttori qualificati, dedicata a tecnica, equilibrio e disciplina personale.

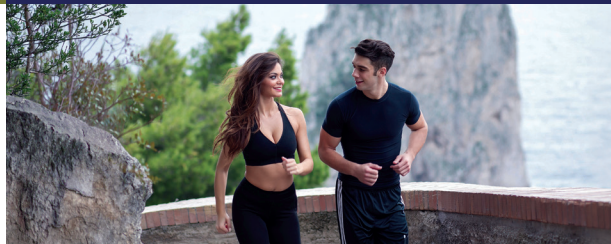
€ 150 / h p.p.



JOGGING / RUNNING 60'

Sessione di Jogging / Running guidata da un istruttore qualificato attraverso i percorsi più suggestivi dell'isola.

€ 150 / h p.p.



HIKING 60'

Esperienza Hiking al seguito di una guida professionista percorrendo sentieri tra natura, mare e panorami unici.

€ 150 / h p.p.



 +39 333 828 8594  sales@physiolabcapri.it

Sponsored by
da GEMMA