

E N E R G Y M

Gentile amico/a

Il tuo Centro Fitness Energym è lieto di regalarti una settimana completamente gratuita di benessere e divertimento. Affrettati ! TI STIAMO ASPETTANDO!!!
Presenta questa lettera e riceverai il pass per usufruire gratuitamente di tutte le discipline svolte nel centro.

corsi effettuati:

*total body- gag- d.t.p.- addominali e stretching – body sculpture - just pump – yoga fitness
- bosu circuito di dimagrimento – life combat - ginnastica dolce – ginnastica
posturale – ginnastica per bambini – pilates spinning – hip hop – break dance – danza
moderna – danza classica – propedeutica alla danza - flamenco salsa cubana – danza
del ventre – judo - kung fu-- jeet kune do – kick boxing – tai chi – capoeira – aikido -sala
attrezzi - zona cardio.*

13 ORE DI APERTURA GIORNALIERA

100 ORE DI DISCIPLINE SETTIMANALI

PROGRAMMI DI ALLENAMENTO PERSONALIZZATI

PROGRAMMI DI DIMAGRIMENTO

CORSI DI TONIFICAZIONE

PERSONAL TRAINER

TEST DI VALUTAZIONE POSTURALE

CHECK-UP DEL CLIENTE: BIOIMPEDENZIOMETRIA E PLICOMETRIA

**Disponiamo di ampi parcheggi, sale luminose e climatizzate,
spogliatoi spaziosi e funzionali, bar interno.**

Mentana (RM) Via Dora Baltea 47 – Tel. 06.90.93.030 e-mail:energym.mentana@tiscali.it