

Il nostro Circolo ha recentemente rinnovato l'accordo già in essere con



Palestra
VITAL CLUB
Viale Adua, 134
51100 PISTOIA

Nelle diverse fasce orarie che vanno dalle h. 7,00 alle h. 24,00, vengono organizzati corsi di:

▪ Ginnastica a corpo libero ▪ Aerobica ▪ Step, g.a.g., fitness, stretching ▪ Body Building ▪ Danza (hip Hop e baby dance) ▪ Pilates ▪ Aerobic-latino e danze latino-americane	▪ Ginnastica per la terza età ▪ Ginnastica correttiva ▪ Back prevention ▪ Well Back ▪ Recupero funzionale dopo infortunio o intervento chirurgico ▪ Cardio Club (prevenzione malattie cardiovascolari)
---	--

Nella palestra operano per la maggior parte insegnanti diplomati ISEF, sono presenti attrezzature e macchine di ultima generazione in grado di rispondere alle aspettative anche più particolari (Strobo Bike), nuovo e rivoluzionario metodo per praticare il **cardio indoor cycling**, utile per migliorare le proprie capacità condizionali in maniera accertata, con monitoraggio costante del lavoro svolto. E' prevista inoltre la possibilità di un lavoro a livello individualizzato per piccoli gruppi di 3-6 persone (personale trainer), con programmi appositamente predisposti.

Le condizioni riservate ai nostri soci dietro presentazione della Tessera Sociale sono le seguenti:

- Sala attrezzi (fitness): rateizzazione (max. 4 rate mensili) rispetto ai prezzi in vigore tempo per tempo
- Pacchetto strobobike: 5 sedute = € 50. 10 sedute = € 90,00.

Per ulteriori informazioni i soci possono rivolgersi a:

Palestra Vital Club a.s.d.

Viale Adua, 124

51100 PISTOIA

tel.: 0573 25659

Email: info@palestravitalclub.it

Web: www.palestravitalclub.it