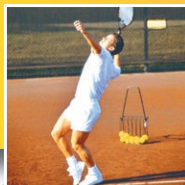




WELLNESS



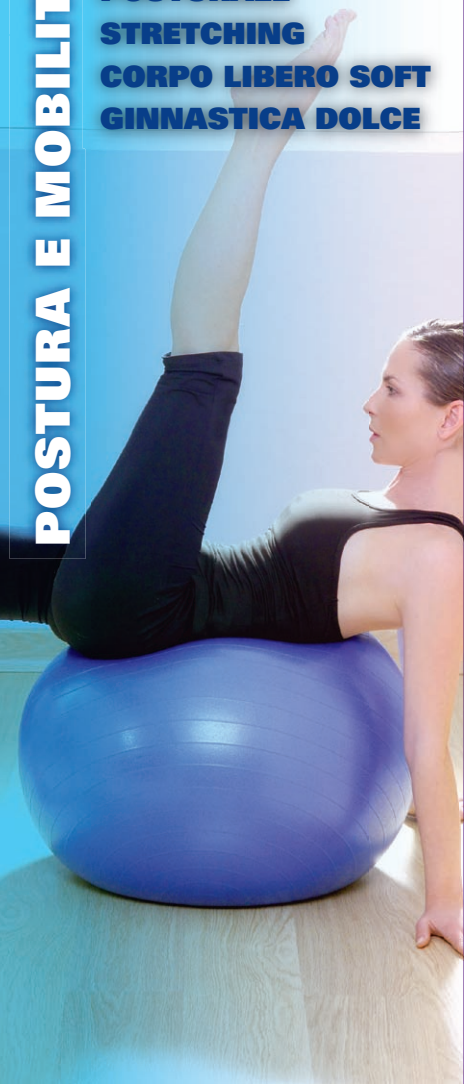
...in armonioso benessere





POSTURA E MOBILITÀ

**POSTURALE
STRETCHING
CORPO LIBERO SOFT
GINNASTICA DOLCE**



"BODY&MIND"

**YOGA
PILATES
PILATES CON YOGA
RESPIRAZIONE
E MEDITAZIONE**



TONIFICAZIONE

**G. A. G.
TOTAL BODY
BODY SCULPT
ZUMBA
STEP & TONE
CARDIO TONE
CORPO LIBERO**



**E PER CHI HA
POCO TEMPO...**

**Pillole di
GAMBE ADDOME e GLUTEI:
per "scolpire" il tuo corpo
in SOLI 30 minuti!**

FIT BOXE FUNZIONALE

NEW!

Lezione esplosiva e liberatoria che consente di bruciare calorie, di tonificare i muscoli di tutto il corpo e scaricare le tensioni accumulate, alternando circuiti di esercizi di **ALLENAMENTO FUNZIONALE**



CORSI SPECIALI

CAPOEIRA

Corso principianti ed avanzato.

DIFESA PERSONALE (KRAV MAGA)

Corso di arti marziali, autodifesa personale e preparazione atletica, adatto a tutti indipendentemente da età, sesso e preparazione fisica.

**VIENI A PROVARLI
GRATUITAMENTE!**



Oggi nutrirsi bene e con attenzione è diventata un vera e propria scienza.

Il valore energetico di ciò che mangiamo influisce notevolmente sulla nostra attività giornaliera e sui benefici derivanti in particolar modo dall'attività sportiva che pratichiamo. Una consulenza per migliorare il nostro rapporto con il cibo, anche in funzione proprio dell'attività sportiva svolta, è uno dei servizi che trovate da noi alla Wellness... non la solita palestra!



A TUTTI GLI ISCRITTI
IN OMAGGIO
UN COLLOQUIO GRATUITO
CON LA NUTRIZIONISTA!

TARIFFE BASE

PROMO!
UNA SETTIMANA
DI PROVA CORSI GRATUITA!

OVER 60

TUTTI I CORSI a partire da 24 euro al mese *

STUDENTI E FAMIGLIA

INGRESSO LIBERO a partire da 38 euro al mese *

SALA MUSCOLAZIONE

INGRESSO LIBERO a partire da 42 euro al mese *

CORSI

TUTTE LE LEZIONI a partire da 46 euro al mese *

INGRESSI

a 37 euro al mese

**Possibilità di integrare con la
PISTA DI ATLETICA**

* **TARIFFA MENSILE CALCOLATA SU 12 MESI** (unica soluzione di pagamento) È comunque possibile sottoscrivere abbonamenti mensili, trimestrali o semestrali.

SCONTI!
VENITE A SCOPRIRE TUTTE
LE NOSTRE CONVENZIONI!

WELLNESS È...

CORSI ALL'APERTO nel suggestivo verde
del ASICS Firenze Marathon Stadium

NESSUN LIMITE DI FREQUENZA E FASCE ORARIE

CORSE E PASSEGGIATE ORGANIZZATE:

allenamento, ma anche tanta allegria!!!

PISTA DI ATLETICA

CORSA LIBERA
nella **NUOVA PISTA**
del **ASICS Firenze Marathon Stadium**
(dal lunedì al venerdì,
dalle 9:00 alle 20:00)



CORSI DI ATLETICA
PER BAMBINI ED ADULTI

CENTRI ESTIVI

Per info e prenotazioni:
055/5532982
www.firenzeatletica.it

TENNIS



3 CAMPI DA TENNIS

CAMPO DI CALCETTO INDOOR
SALE PER EVENTI E CONVEGNI

CALCETTO



CONVEGNI



SALA MUSCOLAZIONE

ORARI DI APERTURA:

Dal lunedì al venerdì:

dalle 10:00 alle 21:30

Sabato: dalle 9:00 alle 16:00

TECHNOGYM®



**Con attrezzature TECHNOGYM,
dotata di impianto ARIA CONDIZIONATA**



WELLNESS

FIRENZE MARATHON

...NON LA SOLITA PALESTRA!!!

Seguici su



/Palestra Firenze Marathon Wellness



DOVE SIAMO....



FIRENZE MARATHON WELLNESS

Viale Malta 10, Firenze - Tel. 055 67.96.93 - Fax: 055 62.41.093

www.firenzemarathonwellness.it - info@firenzemarathonwellness.it

ORARIO DI APERTURA SEGRETERIA

Dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 21.00

Il sabato dalle 9.00 alle 16.00

PARCHEGGIO INTERNO GRATUITO

per i nostri clienti (fino ad esaurimento posti)

seguiti sport



The Wellness Company

