

# CORSI DI GINNASTICA

*La Società IRIDE S.r.l. riapre i propri corsi con novità per tutti gli iscritti . . .*

*Nelle 3 palestre da noi gestite potrai trovare il corso adatto alle tue esigenze, con personale qualificato che ti seguirà con professionalità.*

*Scegli il tuo corso tra . . .*

- Ginnastica dolce
- Ginnastica per anziani
- Educazione Corporea
- Potenziamento
- Pilates
- AMA
- Spinning
- Cardio Kombact
- Corpo Libero
- Fit - boxe
- Ginnastica per Adulti
- Ginnastica Posturale
- G.A.G
- Schede personalizzate
- Body Sculpt

*. . . e ancora con le novità . . .*

- Ginnastica "Sciogli Grassi"
- Defaticamento e Stetching
- Total Body

*. . . inoltre novità su . . .*

- Forme di abbonamento (trimestrale, stagionale e pausa pranzo)
- Attività anche il sabato mattina al Palazzetto e Palestra Ipercoop



**APERTURA NUOVA PALESTRA DI MALMANTILE**  
*con corsi di pilates, corpo libero, dolce, posturale e AMA*

*Le iscrizioni inizieranno dal 1 al 3 settembre 2011 per gli iscritti della stagione 2010/2011 e dal 5 al 10 settembre 2011 per i nuovi iscritti*

Nei seguenti orari: dal lunedì al venerdì 10,00/12,30 - 16,00/19,30 - Sabato 10,00/12,30

**Inizio corsi il 12 Settembre 2011**

**Per informazioni: Ufficio Iride - Via dello Stadio, 2 - 50055 Lastra a Signa**  
**Tel. 055/8725882 - fax 055/8723005 - e-mail: iridesrl@yahoo.it - www.iridelastra.it**