

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