



Via L. Da Vinci, 75  
87036 Rende (CS)  
Tel/fax 0984.403910  
C.F.98055890788  
[perronealessandra@yahoo.it](mailto:perronealessandra@yahoo.it)

**Spett. le**  
**Circolo Ricreativo Università della Calabria**

**Università della Calabria**

L'Associazione Sportiva Dilettantistica "X Pression Center" con sede legale in Rende Via L. Da Vinci n° 75 Codice Fiscale 98055890788, regolarmente riconosciuta dal CONI, è lieta di offrire la sua migliore proposta per la frequentazione del proprio centro, a tutti i vostri associati.

#### *ORARI PALESTRA*

Il nostro centro è aperto tutti i giorni: da lunedì a venerdì dalle ore 07:00 alle ore 22:30 – sabato dalle ore 10:00 alle 20:00 – domenica dalle ore 10:00 alle ore 13:00.

Per questo periodo "estivo" (fino al 20 settembre), il centro rispetterà i seguenti orari:

- Lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 07:00 alle ore 21:00;
- martedì e giovedì dalle ore 13:00 alle ore 21:00;
- sabato e domenica chiuso.

#### *A CHI È RIVOLTA*

A tutti i vostri associati, familiari compresi (coniuge e figli)

#### *CONDIZIONI*

Si dovrà fornire alla reception del centro sportivo l'elenco delle persone, completo di generalità, che vorranno frequentare il centro. I dati possono essere inviati anche di volta in volta tramite e-mail. Ciò non sarà necessario nel caso in cui l'associato presenterà alla reception documento valido che accerti l'appartenenza alla Vostra associazione.

Gli associati potranno frequentare la struttura senza limitazioni di giorni e di orari, avere uno sconto dedicato sulle quote associative ed avere in omaggio quota di iscrizione e badge.

### *ATTIVITA'*

#### Sala attrezzi e Sala cardio

#### Attrezzatura Panatta (Linea X Pression-Advance-Free Weight) e Matrix

(La struttura garantisce la presenza, a qualsiasi ora, di almeno un istruttore qualificato ed esperto che sarà a vostra disposizione)

#### *CORSI SPECIALI (RIAPERTURA SETTEMBRE 2021)*

(tutti i corsi sono tenuti da istruttori esperti e qualificati)

Funzionale – Total Body – Brucia Grassi – Pilates – Ninjutsu - Balli Caraibici – Step –  
Posturale - Difesa Donne - Krav Maga – Zumba - Well Being – Riabilitazione Post Covid –  
Riabilitazione Traumi – Riabilitazione Post Operatoria – Circuit Fitness- G.A.G.

*(la direzione ha la facoltà di attivare o sospendere uno dei suddetti corsi in funzione del numero degli associati partecipanti)*

#### N.B.

Ciascun associato verrà seguito da un istruttore di sala qualificato, il quale fornirà gratuitamente una scheda allenamento totalmente personalizzata:

- ☑ Per migliorare la mobilità; aumentare la massa muscolare e la forza.
- ☑ Se necessario, con programmazione di attività cardiovascolare per eliminare il grasso.
- ☑ Basata su obiettivi e orari specifici.
- ☑ Con la garanzia di consulenza gratuita illimitata per modifiche e aggiornamenti.
- ☑ Con la possibilità di integrazione con consigli sulle abitudini alimentari durante tutto il percorso di allenamento o un consulto nutrizionale gratuito.

## QUOTE ASSOCIATIVE

- Abbonamento mensile: € 35,00 anziché € 40,00, ad eccezione dei corsi speciali;
- Abbonamento trimestrale: € 90,00 anziché € 105,00, ad eccezione dei corsi speciali;
- Iscrizione assicurativa e tessera magnetica personale del valore complessivo di € 30,00 OMAGGIO.

## SERVIZI

È possibile accedere, inoltre, ai seguenti servizi:

- bagno turco;
- massaggio sportivo, defaticante, linfodrenante;
- consulto gratuito, previo appuntamento, con fisiatra specializzato in posturologia;
- elettrocardiogramma.
- consulto alimentare con nutrizionista specializzato.

Inoltre, per gruppi di persone non inferiori a 10, è possibile usufruire della seguente offerta:

- Abbonamento: la quota associativa mensile relativa a tutte le attività suddette, ad eccezione dei corsi speciali, è pari ad € 30,00 mensili anziché € 35,00.

Si precisa che quest'ultima agevolazione sarà conservata, mantenendo il numero di iscritti così come indicato nell'offerta appena descritta.

Nell'attesa di un vostro riscontro, porgiamo i più sinceri saluti.

Il Presidente  
*Francesco Sica*