



SALA CARDIO E PESI

 Il Nostro Responsabile di sala, laureato in scienze motorie :

-  Svolgerà Percorsi di Personal Trainer,
-  Preparerà Schede e allenamenti personalizzati sulla base delle tue esigenze e dei tuoi obiettivi (Anche se è la tua prima volta in palestra),

 La palestra dispone di:

 una piccola area cardio comprensiva di tapis roulant, cyclette, vogatore ed ellittica;

 un' area pesi strutturata con strumenti isotonici technogym (lat machine, leg press, shoulder press, gluteus ecc..), fit ball, box pliometrico, trx.

 Possibilità di:

 **PERSONAL ed INGRESSI SU PRENOTAZIONE**, si potranno prenotare solo il giorno prima, inviando un sms whatsapp esclusivamente al numero riservato alla sala pesi  353 4461099 indicando nome, cognome, giorno ed orario. La tua prenotazione sarà effettiva ricevuto un sms di conferma.

 **ABBONAMENTI MENSILI** con le stesse modalità di prenotazione degli ingressi/personal.

  APERTURA PALESTRA dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 22.00

 INFO POINT: per info su costi e abbonamenti

 Cus Mo.Re – Via G.Campi 161 a Modena -  TELEFONO: 059.2058125

 SITO: www.cusmodena.it -  EMAIL: segreteriaacus@unimore.it

 UNISCITI A NOI!!!