

توجه 🎺🎺🎺🎺 توجه
برگزاری کلاس TRX, آمادگی جسمانی، سی
ایکس، هیت (چربی سوزی شکم پهلو)
با مربیگری سرکار خانم عبدی 🌹

🟢 روزهای فرد صبح ساعت ۱۰ الی ۱۱

به آدرس نظرآباد خیابان الغدير شمالی کوچه یاس ۶
باشگاه بانوان ستاره شهر

09127677006

بامدیریت سرکار خانم ورزدار 🌹

لطفا به دوستان خود اطلاع دهید 🙏❤️
مزایای ورزش کردن در باشگاه بانوان ستاره شهر 📍

- ✅ باشگاه از صبح تا شب ویژه بانوان و کودکان هست
- ✅ مربی در طول سال با پرداخت هزینه در کلیه کلاس
- ❖ های ارتقاء، شرکت و مربیگری خود را به روز می کند
- ✅ در صورت قطعی برق باشگاه مجهز به برق اضطراری

میباشد که هر هفته باید هزینه پرداخت کنیم تا شارژ شود 

✓ کلاس های ستاره شهر فقط ورزش نیست بلکه آموزش مربیگری هم هست و تخصصی کار می شود 

✓ باشگاه هر روز نظافت می شود و هفته ای یک بار با الکل ضد عفونی 

✓ اگر ورزشکاری آسیبی داشته باشد مربی در همین کلاس های عمومی برای درمان ، حرکات اصلاحی به ورزشکار آموزش می دهد که هم تقویت شود و هم درمان 

✓ مربی علاوه بر آموزش سر وقت کلاس، برای پیشرفت بیشتر ورزشکار مطالب مفید، آموزنده و گلچین شده در گروه قرار می دهد 

✓ مربی هر جلسه با طراحی برنامه وارد کلاس می شود و کلاس هدفمند می باشد. 

در باشگاه بانوان ستاره شهر به آدرس خیابان الغدير شمالی کوچه یاس ۶ یا شهید فروغی  

آدرس پیج اینستاگرام باشگاه بانوان ستاره شهر  و معرفی کلیه کلاس های بانوان و کودکان و قهرمانی های

bashgah_setareh_shahr

بامدیریت سرکار خانم ورزشدار
جهت ثبت نام در واتساپ، روبیکا یا تلگرام ... پی ام
دهید .

با مربیگری سرکار خانم 🙌🙌🙌🙌🙌🌹
مدارک لازم جهت ثبت نام: 🌹👉
بیمه ورزشی و شهریه ماهیانه
یه تومن

فدراسیون پزشکی ورزشی 👉
<https://insurance.ifsm.ir/UserOnline/Login>

ورزشکاران عزیز حتما بیمه های خود را تحویل مربی یا
مدیریت دهید 🌹
هم میتونید از کافینت بیمه ورزشی بگیرید و هم با موبایل
خود 🌸

لطفا شهریه خود را سر تاریخ مشخص شده به این شماره

کارت واریز کنید و عکس فیش وبه این شماره در واتساپ
ارسال کنید.

6280231551509523

مرضیه ورزدار

 09127677006

سپاس از همکاری شما ورزشکار عزیز  