

توجه 🎺🎺🎺🎺 توجه

برگزاری کلاس تلفیقی تی آرایکس سی ایکس (چربی
سوزی شکم پهلوی) هیت

روزهای زوج ساعت ۳ ونیم الی ۴ ونیم TRX چربی
سوزی شکم پهلوی 🍌🍌

روزهای زوج ساعت ۴ ونیم الی ۵ ونیم حرکات
اصلاحی TRX 🍌🍌👌👌👌

با مربیگری خانم جوادی 🙌
در باشگاه بانوان ستاره شهر به آدرس نظرآباد خیابان
الغدير شمالي کوچه یاس ۶ 🙌

09127677006

با مدیریت خانم ورزدار 🌹

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 میباشد. 

در باشگاه بانوان ستاره شهر به آدرس خیابان الغدير شمالی کوچه یاس ۶ 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 ورزدار
جهت ثبت نام در روبیکا یا ایتا پی ام دهید .
09127677006

با مربیگری سرکار خانم جوادی         

مدارک لازم جهت ثبت نام:  
بیمه ورزشی و شهریه ماهیانه
۷۵۰ت

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  