

سانس های خانم زهرا بکان 🏆💪👌
کلاس (ایروبیک.تی ارایکس.بدنسازی.فیتنس.حرکات
اصلاحی)

♦ در باشگاه بانوان ستاره شهر
آدرس: نظرآباد خیابان الغدير شمالی کوچه یاس ۶
ساعت کلاسها👇

روزهای زوج	۵ونیم	الی	۶ونیم	غروب فعال
روزهای زوج	۶ونیم	الی	۷ونیم	غروب فعال
روزهای زوج	۷ونیم	الی	۸ونیم	غروب فعال
روزهای زوج	۸ونیم	الی	۹ونیم	غروب از قبل ثبت

نام شود

روزهای فرد صبح ساعت ۱۰ الی ۱۱ از قبل ثبت نام
شود

روزهای فرد	۱وربع	الی	۲ربع	از قبل ثبت نام شود
روزهای فرد	ساعت ۲وربع	الی	۳وربع	فعال
روزهای فرد	غروب	ساعت ۵	الی ۶	از قبل ثبت شود

09127677006

جهت هماهنگی

جهت ثبت نام 🌹👉

پرداخت شهریه به شماره کارت 👉

5029081009017563

مرضیه ورزدار

09127677006

مدیریت باشگاه بانوان ستاره شهر

عکس فیش با نام و نام خانوادگی ورزشکار و رشته

ورزشی انتخاب شده در روبیکا یا ... ارسال شود. ✅

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. ✓

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

bashgah_setareh_shahr

با مدیریت سرکار خانم ورزدار

خیابان الغدیر شمالی کوچه یاس ۶ یا شهید فروغی 🌹🌹

باشگاه ستاره شهر



مدارک لازم جهت ثبت نام:  

بیمه ورزشی و شهریه ماهیانه

شهریه ۱۲ جلسه در ماه یک میلیون میباشد TRX

 شهریه بانجی کراس کور ۱۴۰۰ ت میباشد

 این شهریه مربوط به ۶ ماه اول ۱۴۰۴ میباشد

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  