



توجه توجه
برگزاری کلاس ژیمناستیک در باشگاه بانوان ستاره شهر

سانس‌های ژیمناستیک 📌

♦ روزهای فرد (یکشنبه ، سه شنبه ، پنجشنبه)
ساعت 2 و ربع الی 3 و ربع فعال

♦ یکشنبه و سه شنبه ها غروب فعال
ساعت 8 و ربع الی 9 و ربع

♦ روزهای زوج
ساعت 11 و نیم الی 12 و نیم فعال

♦ پنجشنبه ها
ساعت 1 و ربع الی 2 و ربع فعال

و
2 و ربع الی 3 و ربع فعال

♦ لطفا توجه کنید پنجشنبه ها سانس غروب برگزار

✓ نمیشود

👉 شهریه ماهیانه ژیمناستیک
۳ جلسه در هفته به تومن

👉 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 ایتا ارسال شود.

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

bashgah_setareh_shahr

بامدیریت سرکار 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. 

جهت ثبت نام در واتساپ، روبیکا یا تلگرام ... پی ام دهید .

09127677006

لطفا شهریه به موقع پرداخت شود تا حقوق مربی سر
موقع پرداخت شود 

سپاسگزارم از همکاری شما عزیزان  

باشگاه بانوان ستاره شهر خیابان الغدير شمالی کوچه
ياس ۶ يا شهيد فروغی

با مربیگری سرکار خانم اسلامی       
لطفا به دوستان خود اطلاع دهید  

مدارك لازم جهت ثبت نام:  

بیمه ورزشی و شهریه ماهیانه

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 🙏 🌹

