

**il fitness
al servizio
delle esigenze
di tutti**



➔ **per giovani e adulti**

Attività per il fitness di gruppo

Aerobica, Aerodance, Total body work,
Step, G.A.S., Stride, Deck,
Corpo libero, Spinning, Easy bike



Fitness bruciagrassi (NOVITÀ)

Danza moderna e contemporanea

Attività New Age

Zen Yoga, Ginnastica dolce, Fusion

Arti marziali:

Judo, Karate,
Core Combatives (difesa personale)



Corso Antiaggressione Femminile (NOVITÀ)

Attività per il fitness individuale

Cultura fisica e Cardio Fitness

➔ **per bambini e ragazzi**

**CORSI INTENSIVI di
ANTIAGGRESSIONE FEMMINILE**
Progetto "Donne più sicure"
1° CORSO AD OTTOBRE
Presentazione:
Sabato 25 settembre ore 15.00

dai 4 anni in poi



Hip Hop



**Danza moderna
e contemporanea**



Giocodanza

Judo

Karate

(presso la palestra Mercantini)

➔ **Per i nuovi iscritti dai 4 ai 14 anni
PROVA GRATUITA per 2 settimane**

Fisioterapista Lucia Barchiesi
Riabilitazione ortopedica · Linfodrenaggio manuale
Consulenze ortopediche e medico-sportive
SERVIZI DISPONIBILI ALL'INTERNO DELLA PALESTRA

Silvestroni
Casa Vinicola

VENDITA DIRETTA VINI D.O.C.
DELLE MARCHE
ROSSO CONERO - VERDICCHIO D.O.C.

Cantina: Camerata Picena (An) - Via Galvani, 12
Punto Vendita: Falconara Marittima (An) - Via Ariosto, 5
Tel. e Fax 071.946412
www.silvestroni.it - info@silvestroni.it



Una zona riservata dove
insegnanti qualificati propongono:

Personal Training

UN'ATTIVITÀ FISICA
PERSONALIZZATA INDIVIDUALE
ED A PICCOLI GRUPPI

Programmi Speciali per la prevenzione
ed il benessere psicofisico:

Back School

PER PREVENIRE E CURARE IL MAL DI SCHIENA

CERTIFICATO DA: ASSOCIAZIONE
BACKSCHOOL

Fitness Metabolica

PER PREVENIRE E CURARE IPERTENSIONE,
DIABETE, IPERCOLESTEROLEMIA, OBESITÀ,
MALATTIE CARDIOVASCOLARI

CERTIFICATO DA: ASSOCIAZIONE
FITNESS METABOLICA
O.N.L.U.S.

Pilates

MENTE E CORPO IN MOVIMENTO
lezioni individuali e a piccoli gruppi

Programma integrato per il

Dimagrimento

ATTIVITÀ FISICA E CONSULENZA DIETOLOGICA

Life
Aperitivi
bar, colazioni
e pranzi veloci

aperto tutti i giorni
dal Lunedì al Sabato
dalle 6,00 alle 22,00

Ampio parcheggio

Novità
colazione con prodotti biologici
e per intolleranze

Via Marconi, 86
FALCONARA M.ma
(accanto ad acqua e sapone - zona ex piranha)

MILANO LP
ASSICURAZIONI
Divisione La Previdente

Dott.ssa AUGUSTA LOMBARDI

Agenzia Generale Falconara M.ma
via Roma, 2 - Tel. 071. 9112 45
Fax 071.9173345

COSTANTINO
"NON SOLO JEANS"
dal 1914

NOVITÀ A/E
Fix Design
Aereonautica Militare
Museum
Merc
Soul Strear

PER CHI PRESENTA QUESTO COUPON
SCONTO DEL 15%
SULLA COLLEZIONE
AUTUNNO/INVERNO 10/11
Esclusi articoli in promozione
offerta valida dal 1.09 al 30.11.2010

Via E.lli Bandiera, 3 - Falconara (AN)
Tel. 071.910842