

CraMi

"Circolo Ricreativo Associazione Lavoratori Ministero Istruzione"

Roma, 02/02/2009

RINNOVO CONVENZIONE

Abbiamo rinnovato la convenzione con la palestra:

*ASS.SPORTIVA TRASTEVERE FITNESS
Via degli Orti di Trastevere, 60/66
00153 Roma*

Vi alleghiamo la convenzione e i nuovi orari dei corsi.

La palestra ha al suo interno, una sauna e un bagno turco a disposizione dei soci; inoltre ha un centro estetico del quale Vi alleghiamo il listino e sullo stesso per i soci è previsto uno sconto del 10%.

*IL PRESIDENTE
Gianna Ranalletta*

*Per ulteriori informazioni chiamare i seguenti numeri:
cell.: 320-6333670 - Int.: 3760*

V.le Trastevere, 76A - 00153 ROMA

Orari Sala Attività

LUNEDI	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00		13:30 - 14:30			17:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	21:00 - 22:30
	STRETCH & TONE	Soft Gym		STEP & Tone			Ginnastica Acrobatica	MACUMBA	BODY POWER	AERODANCE	Capoeira
	Federica	Federica		Federica			Freddy	Monica	Monica	Fabrizio	Filippo
MARTEDI	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00		13:30 - 14:30		16:00 - 17:00	17:00 - 18:00		19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	21:00 - 22:30
	TOTAL BODY	PILATES		PILATES		PILATES	KARATE		GAG	PILATES	Prepugilistica
	Elisabetta	Francesca		Valentina		Cinzia	Luciano		Elisabetta	Kristine	Pasquale
MERCOLEDI	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00		13:30 - 14:30		15:30 - 17:00		18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	21:00 - 22:30
	STRETCH & TONE	Soft Gym		GAG		DANZA MODERNA		BODY POWER	MACUMBA	STEP	Capoeira
	Federica	Federica		Federica		M. Elena		Monica	Monica	Fabrizio	Filippo
GIOVEDI	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00				16:00 - 17:00	17:00 - 18:00		19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	21:00 - 22:30
	TOTAL BODY	PILATES				PILATES	KARATE		GAG	PILATES	Prepugilistica
	Elisabetta	Francesca				Cinzia	Luciano		Elisabetta	Kristine	Pasquale
VENERDI	10:00 - 11:00			13:30 - 14:30		15:30 - 17:00	17:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	
	STRETCH & TONE			PILATES		DANZA MODERNA	Ginnastica Acrobatica	MACUMBA	BODY POWER	AERODANCE	
	Federica			Valentina		M. Elena	Freddy	Monica	Monica	Fabrizio	
SABATO		11:30 - 12:30									
		PILATES									
		Valentina									

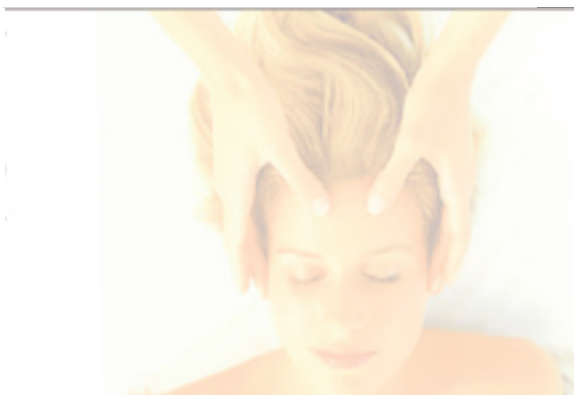
Orari Istruttori per Schede di allenamento In Sala Pesì	Lunedì, Mercoledì, Venerdì 16.00 → 21.00 (Paolo)
	Martedì, Giovedì 16.00 → 21.00 (Fabio)
	Lunedì, Mercoledì, Giovedì 10.00 → 15.00 (Dario)

A.S.Trastevere Fitness Via Degli Orti di Trastevere 60/66 Tel: 06. 58301778 Fax: 06. 58301778

LEZIONI COMPRESSE NEGLI ABBONAMENTI FITNESS GOLD E SILVER

Estetica di base

Manicure	€10,00
French manicure	€15,00
Trattamento nourishing mani con paraf	€18,00
Pedicure estetica	€18,00
Pedicure curativo	€23,00
Trattamento nourishing piedi con paraf	€26,00
Epilazione intera	€30,00
Epilazione 1/2 gamba	€15,00
Epilazione 1/2 gamba + inguine	€18,00
Epilazione braccia	€10,00
Epilazione inguine	€ 8,00
Epilazione ascelle	€ 8,00
Epilazione petto	€18,00
Epilazione schiena	€18,00
Epilazione petto + schiena	€30,00
Superciglia/ baffetti	€ 5,00



Trattamenti Viso

Pulizia viso	€30,00
Trattamento Hydra Filler idratante	€45,00
Trattamento Aquatherm cuperose	€45,00
Trattamento Oxy ossigenante	€45,00
Trattamento Velour rivitalizzante	€45,00
Trattamento Platinum anti-age	€45,00
Trattamento Renewins acido glicolico	€45,00



Trattamenti Corpo

Scrub marino	€40,00
Fruits Peeling	€40,00
Trattamento Fango Mar Morto	€50,00
Trattamento con Argilla	€50,00
Trattamento con Alga Laminaria	€50,00
Trattamento con Sale Integrale	€50,00
Bendaggio riducente e tonificante	€40,00

Massaggi

Linfodrenaggio Voller	€50,00
Riflessologia Plantare	€30,00
Anticellulite e Modellante	€45,00
Circolatorio	€40,00
Sportivo	€30,00
Californiano Relax	€45,00
Californiano Schiena	€25,00
Connettivale	€45,00
Terapeutico	€25,00

Sweet Massages

Massaggio al cioccolato	€45,00
Massaggio alla Vaniglia	€45,00
Massaggio al Peperoncino	€45,00
Massaggio al Cacao	€45,00
Massaggio alla Cannella	€45,00

Antistress T.i. B (tecnica integrata di benessere)	€45,00
Aromatherapy	€45,00

