

INTERNATIONAL TRAINING CENTER



**Ecco i servizi offerti
dal Centro:**



Da Lunedì a Venerdì, ore 09:30 - 19:00: Attivita di Personal Training con **OLEH ILIKA**

Qualunque sia il vostro obiettivo, la decennale esperienza di Oleh Ilika è ciò che vi serve per raggiungerlo. A disposizione, una sala pesi attrezzata con macchinari Technogym Serie Selection, bilancieri, manubri, strumenti per cardiofitness e, naturalmente, tutto ciò che riguarda il **Kettlebell Lifting** (Ghiri Sport)!!!

Lunedì e Giovedì, ore 19:00 - 20:00 e 20:00 - 21:00:

CORSI ORGANIZZATI DI KETTLEBELL TRAINING con **OLEH ILIKA**. Venite e provate un sistema di allenamento che potrebbe cambiarvi letteralmente la vita! Particolarmente adatti a chi si avvicina al kettlebell per la prima volta!

Da Lunedì a Venerdì, ore 19:00 - 22:00: “Competitive Kettlebell Lifting” e “Kettlebell Lifting - Physical Wellness”: il centro offre l’attrezzatura completa per l’allenamento con i Kettlebell sia a fini competitivi che per il raggiungimento del benessere psicofisico. Oleh Ilika mette a disposizione la sua esperienza per portarvi là dove volete arrivare!!! E il risultato è davvero garantito...

Costi:

Accesso alle attrezzature della Sala Pesi: 309€ - 6 mesi; 175€ - 3 mesi; 66€ - 1 mese.

Ingresso singolo per accesso alla Sala Pesi: 7€.

Corso Kettlebell Training: 60€/mese - 2 lezioni a settimana; 30€/mese - 1 lezione a settimana.

E' possibile assistere a lezioni singole di Kettlebell Training, al costo di 10€ a lezione.

Accesso alle attrezzature di Kettlebell Lifting + Consulenza di Oleh Ilika: 60€/mese per “Kettlebell Lifting - Physical Wellness”; 70€/mese per “Competitive Kettlebell Lifting”.

PER INFORMAZIONI:

Palestra Futura: Via Crocifisso 30, Castano Primo (MI) - Tel: 0331 882312

<http://it-it.facebook.com/pages/Palestra-Futura/113476448707279> - palestrafutura@virgilio.it

Oleh Ilika (Atleta di Classe Internazionale, Recordman Mondiale): Tel: 320 9465503

info@ghirisport.it - www.ghirisport.it - <http://www.facebook.com/oleh.ilika>