

TI *Turismo d'Italia*

ORGANO UFFICIALE FEDERALBERGHI  

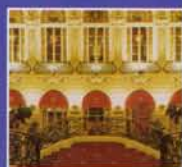


Welcome Cina



Lavoro

I lavoratori giornalieri



Osservatorio

Il mercato immobiliare



Albergo
Oggi

Arte della tavola

VIETATO FUMARE: I LOCALI PER FUMATORI

L'acqua, segreto di benessere

L'acquagym è un'attività praticabile in qualsiasi struttura alberghiera, anche senza piscina. Basta la vasca da bagno

"Non ho tempo... sono sempre di corsa. Magari potessi!". Ecco la frase tipica di chi pensa che per avere un fisico tonico si debba avere molto tempo a disposizione e sudare in palestra! Ma chi parla così non sa che basta dedicare a se stessi pochi minuti ogni giorno per trovare la forma, l'armonia psicofisica e lavorare meglio. Il segreto sta nell'acqua. È sufficiente conoscere "cosa" fare e si affogano tutti i problemi!

A.S. Acqua Team (la prima Scuola Italiana di ginnastica in acqua), si prefigge di far conoscere anche ai clienti più pigri o più stressati, italiani e stranieri, i grandi segreti dell'acqua: in piscina, alle terme, al mare e addirittura in vasca da bagno!

L'azienda è in grado di formare o aggiornare gli istruttori (e altro personale adatto) con nuove metodologie acquatiche, che potranno essere praticate dalla clientela, differenziate per età e sesso. In seguito si potranno formare dei "pacchetti settimanali o weekend" con:

1) esercizi in acqua termale per le coppie da formare o di fatto, con l'obiettivo "ritonificante" del rapporto.

2) esercizi solo per uomini che si adattano a chi ha problemi per mantenere gli addominali, i pettorali o i dorsali, ma non vuole faticare troppo;

3) esercizi solo per donne che spesso hanno problemi di cellulite, adipe sui fianchi o glutei rilassati, adatti per qualsiasi età;

4) esercizi solo per bambini, ideali per la loro creatività e acquaticità;

5) esercizi per tutti e per gli anziani, anche per chi ha "paura" di nuotare, con impostazione della respirazione in acqua e movimenti di coordinamento muscolare. E, ancora, esercizi per le gestanti e molto altro, comprese alcune tematiche di terapia o prevenzione a discrezione della struttura e in base al tipo di clienti.

L'ideatrice e trainer in persona di questo metodo riconosciuto (con ben 2.000 esercizi), Eleonora Vallone, è disponibile a insegnare personalmente alla clientela, con



date prefissate. Ma non è tutto: Eleonora potrà anche presenziare a eventi prestabiliti e addirittura divulgare con programmi televisivi RAI gli speciali corsi di ginnastica in acqua tenuti negli alberghi e nei centri benessere che hanno scelto A.S. Acqua Team. La clientela imparerà quindi i nuovi segreti e tornerà per ritrovare questa "ricarica di benessere" in acqua!

Chi fosse interessato può rivolgersi a:

A.S. Acqua Team,

tel. 0039 06 3312020

e-mail: acquagym@acquagym.it

www.gymswim.com

www.eleonoravallone.it