



**10 BUONI MOTIVI PER SCEGLIERE  
PALESTRE LYCEUM**

- 1 La palestra Lyceum è l'unica in città ad avere una **tradizione stabile** che risale a **39 anni** fa;
- 2 Siamo gli unici ad avere investito in questi anni nella **professionalità** e nelle attrezzature (esclusive) finalizzate alla **sicurezza** ed alla **valutazione funzionale** del cliente;
- 3 La conformazione strutturale degli ambienti nei quali si svolgono le attività ed i corsi garantiscono a tutti le adeguate attenzioni da parte degli istruttori per cui tutti possono essere **seguiti in modo personalizzato** ( ad ogni cliente, dopo semplici rilevazioni antropometriche e valutazione degli obiettivi da raggiungere, viene elaborato un programma di lavoro personalizzato);
- 4 La **struttura di circa 320 mq** è dotata di tutti gli ambienti (sala attrezzi e corpo libero; ambiente cardio; studio medico, di consulenza e valutazione funzionale; piccola palestra privè e riabilitazione; sale attesa e consulenza istruttori; servizi igienici e spogliatoi) e di tutte le attrezzature necessarie per il fitness e la riabilitazione per garantire **servizi integrati e completi**;
- 5 Siamo dotati di 5 tapis roulant; 3 Bike verticali; 3 Bike orizzontali; 1 Stepper; 2 Spinbike (14 attrezzi cardio) con un **eccellente rapporto metri quadrati/attrezzi per cardio fitness**;
- 6 L'ambiente dedicato al cardio fitness è dotato di maxi TV LCD per una più confortevole attività cardiovascolare;
- 7 I clienti che ne fanno richiesta possono essere **monitorizzati in telemetria** (senza fili), durante il lavoro cardiovascolare, attraverso il **controllo della frequenza cardiaca** con rilascio di relativo grafico e report dei risultati;
- 8 Siamo tra i pochi che, grazie alle competenze della direzione tecnica (Dottori in Scienze Motorie, Fisioterapisti, Istruttori qualificati), riescono a garantire **sicurezza e professionalità** anche **in casi di soggetti con patologie pregresse** o problematiche di vario genere;
- 9 Grazie alla collaborazione con lo studio di chinesologia "Kines & Cardio Service" e con la Cooperativa "Pacesalus", tutti i clienti possono usufruire di una **valutazione funzionale e chinesologica o di una consulenza fisioterapica a titolo completamente gratuito**, nonché prenotare visite con medici specialisti per consulenze;
- 10 Grazie alla **cortesìa ed alla disponibilità** del personale e della direzione tecnica è possibile svolgere una sana attività fisica in una **atmosfera serena come in una grande famiglia**.

Non scegliere in modo superficiale a chi affidare la tua salute.

Valuta bene i tuoi propositi e poi affidati a chi è in grado di aiutarti a realizzarli.

La qualità non la trovi in una palestra grande, ma in una grande palestra.

Lo staff della Palestra Lyceum è al tuo servizio.