

**SALA ATTREZZATA  
CON 25 SACCHI E RING**

**SCEGLI KICK BOXING ACADEMY**

Maestro V\* DAN Ivano Beltramini

**LEZIONI PRIVATE SU PRENOTAZIONE CON IL MAESTRO**

La **KICK BOXING ACADEMY** di Udine all'interno del Centro Fitness mette a disposizione di tutti gli utenti 3 tipi di Corsi attinenti alle ARTI MARZIALI.

**FITBOXING** adatta a tutti quelli che vogliono mettersi in Forma Fisica con le preparazioni Atletiche della Kick Boxing con le tecniche che vengono sviluppate solo al sacco. Quindi ottimo workout per chi vuole scaricare tensioni e stress ma anche imparare tecniche di **DIFESA PERSONALE**.

**KICK BOXING e MUAY THAI LIGHT**, attività per tutti (sia per chi non ha o ha già precedenti esperienze) anche provenienti da altre discipline, e desidera approcciare al Combattimento Light con l'obbligo di tutte le protezioni e imparare le vere tecniche e strategie di combattimento con possibilità di crescere come Agonista Amatoriale.

**KICK BOXING e MUAY THAI A PIENO CONTATTO** adatto a tutti quelli che hanno almeno 3 anni di esperienza Amatoriale e vogliono essere inseriti in circuiti Agonistici Professionistici.

**ORARIO ATTIVITA'**

**FIT BOXING:** LUNEDI - MERCOLEDI - VENERDI dalle 19.00 alle 19.40

**KICK BOXING E MUAY THAI:** LUNEDI - MERCOLEDI - VENERDI dalle 19.45 alle 20.45





**LA PASSIONE PER LO SPORT  
VALE ANCHE PER I PIU' PICCOLI!**

il nostro centro fitness accoglie anche ragazzi che vorrebbero avvicinarsi con sicurezza e assistenza sia in sala macchine con percorsi su misura (Allenamenti posturali e di tonificazione mirata|controllata).

**- 30%** SU ABBONAMENTO ANNUALE  
**GENITORE + BAMBINO**



Inoltre possono scegliere di accedere anche ad una completa pratica sportiva come la nostra Kick Boxing Junior (attività educativa e psicomotoria) adatta per ragazzi dai **12 ai 18 anni**. L'insegnamento è studiato su una serie di esercizi mirati a fortificare e rendere più agile la muscolatura dei bambini e ottenere il massimo e sicuro controllo delle capacità motorie, sviluppando coordinamento, l'equilibrio e il controllo dei movimenti. Il tutto giocando, divertendosi, imparando in modo sano ed educativo a stare insieme, crescendo in maniera salutare ed equilibrato.

**ORARIO CORSO KICK BOXING JUNIOR**  
**MARTEDI E GIOVEDI**  
dalle 17.00 alle 18.00

**KBA**

KICK BOXING ACADEMY



# SCONTI

**SCONTO - 20%** su tutti gli abbonamenti  
**SCONTO - 30%** OVER 65 anni  
**SCONTO - 30%** per abbonamenti Junior  
dai 7 ai 15 anni  
**SCONTO - 30%** famiglia per iscrizione di minimo  
3 componenti

**SEI STUDENTE?**

**1 MESE GRATIS**

su abbonamenti 3 | 6 MESI per studenti

per ulteriori info  
[www.relaxcenter.it](http://www.relaxcenter.it)

Centro pilota **PANATTA SPORT**



**Via Volturno, 58 33100 Udine**

Tel. 0432.532497

[info@relaxcenterudine.it](mailto:info@relaxcenterudine.it)

[relaxcenterud@gmail.com](mailto:relaxcenterud@gmail.com)

Seguici nei nostri canali differenti per settore!



**MAESTRO E COACH**  
[@ivano\\_beltramini](https://www.instagram.com/ivano_beltramini)



**PREPARATORE ATLETICO - ATLETA**  
YAMAMOTO NUTRITION E PANATTA SPORT  
49, 5 K followers  
[@samanthapinna\\_coach](https://www.instagram.com/samanthapinna_coach)



**PROFILO UFFICIALE**  
[@bbfgymudine](https://www.instagram.com/bbfgymudine)



**TEAM BELTRAMINI**  
KICK BOXING E MUAY THAI  
[@kbaudine](https://www.instagram.com/kbaudine)

CENTRO FITNESS RELAX CENTER



**BODY BUILDING & FITNESS GYM**

CENTRO PILOTA PANATTA - WORLDWIDE FITNESS COMPANY



**LA SOLUZIONE PER LA  
TUA FORMA FISICA!**



0432 532497



WWW.RELAXCENTER.IT

VIA VOLTURNO , 58 - UDINE



Worldwide Fitness Company

**CENTRO SPECIALIZZATO**

**AMATORI E AGONISTI**

**PREPARAZIONI ATLETICHE  
E RICOMPOSIZIONE CORPOREA**

- **PROGRAMMI PERSONALIZZATI CON ASSISTENZA PRESENTE IN SALA**
- **RICOMPOSIZIONE CORPOREA FINALIZZATO AL RISULTATO ESTETICO | ATLETICO**
- **PREPARAZIONE ATLETICA E RECUPERO POSTURALE E POST TRAUMATICO**
- **CORSI FITNESS AEROBICI TONIFICANTI DIFFERENTI PER LIVELLO**
- **CORSI DI FUNCTIONAL TRAINING E SPORT DA COMBATTIMENTO**
- **PREPARAZIONI PER CONTESTI DI BODY BUILDING E COMPETIZIONI KICK BOXING E MUAY THAI**

# I NOSTRI SERVIZI

## **PROGRAMMI PERSONALIZZATI CON ASSISTENZA**

Il nostro centro fitness mette a disposizione dei nostri clienti la certezza di un assistente sala | Trainer qualificato, che elabora ed assiste tutti nelle esigenze di chiarezza ed esecuzione corretta degli esercizi con inoltre circuiti predisposti in base alle richieste e agli obiettivi programmati.



## **PREPARAZIONE ATLETICA | RECUPERO POSTURALE E POST TRAUMATICO**

Centro predisposto con attrezzatura e macchinari per ricreare gesti atletici della disciplina sportiva con il fine di sviluppo e potenziamento dei gruppi muscolari richiesti dall'atleta che desidera aumentare il proprio livello di atleticità, forza, resistenza ed esplosività.

Inoltre la qualifica del nostro Staff e la presenza di Professionisti del campo sportivo internazionale su richiesta e prenotazione, gli iscritti al centro possono beneficiare di sessioni che mirano al riequilibrio delle fasce muscolari e riassetto posturale con tecniche innovative di mobilità articolare oltre alla esecuzione di protocolli riabilitativi sempre su richiesta.



## **RICOMPOSIZIONE CORPOREA AL FINE FISICO | ESTETICO**

Rimettersi in forma e ritrovare la propria tonicità fisica seguendo i nostri protocolli allenanti che permettono di proseguire obiettivi anche estetici oltre che funzionali come: dimagrimento/ circolazione, tonificazione e ipertrofia muscolare e aumento di forza e resistenza.

## **CENTRO SPECIALIZZATO PER CONTEST PREP BODY BUILDING | BIKINI FITNESS E COMPETIZIONI KICK BOXING E MUAY THAI**

Il tuo sogno è quello di poter affacciarti nel mondo dell'agonismo e affrontare una preparazione atletica nel campo del Body Building oppure entrare nei circuiti delle arti marziali nel settore Kick Boxing | Muay Thai?

**IL NOSTRO CENTRO E' IL POSTO GIUSTO PER PIANIFICARE IL TUO FUTURO**

## **CORSI FITNESS AEROBICI CON DIFFERENTI LIVELLI ATLETICI E ATTIVITA' DI FUNCTIONAL TRAINING**

