PALESTRA XBENE

VIA UGO LA MALFA, 10 - IMOLA

Subito all’uscita del casello autostradale

CONVENZIONE

10% di sconto

Su tutti i servizi che comprendono:

- Abbonamenti annuali (oppure 4/8 mesi), allenamenti di gruppo o individuali
- Pacchetti massaggi, trattamenti viso/corpo
- Abbonamenti pilates/reformer
- Consulenze nutrizionali

La convenzione è prevista per tutti i soci dipendenti ed è estesa anche ai familiari previa presentazione del badge aziendale nominativo.
E' valida anche in tutte le altre sedi XBENE (dettagliate nell'ultima pagina)

NUTRIRSI BENE
MUOVERSI BENE
VOLERSI BENE

XBENE nasce per sviluppare e innovare
i servizi dedicati al benessere della persona

IL BENESSERE INTEGRATO

Allenamento del corpo e della mente, nutrizione ideale e cure estetiche: il **metodo perbene** consente al cliente di vivere un'**esperienza educativa** e migliorativa a **360 gradi**.

IL METODO XBENE: ESPERIENZA A 360 GRADI

EDUCAZIONE MOTORIA

Imparare ad allenare il proprio corpo
con il personal trainer e con un
programma di mental training

CURE ESTETICHE

Prendersi cura del proprio
benessere interiore ed esteriore
valorizzare la propria bellezza
in modo naturale
imparare a volersi bene

EDUCAZIONE NUTRIZIONALE

Un check up iniziale per valutare
metabolismo e composizione corporea,
sotto controllo medico un piano
di educazione alimentare
in base al proprio stile di vita.

EDUCAZIONE MOTORIA

Un personal trainer
sempre a disposizione

VALUTAZIONE INIZIALE:
METABOLISMO CORPOREO,
MASSA MUSCOLARE,
MASSA GRASSA,
LIQUIDI CORPOREI,
STATO NUTRIZIONALE

MOTIVAZIONE COSTANTE
VERIFICA DEI RISULTATI
CONTINUITÀ NEGLI ALLENAMENTI

IMPOSTAZIONE E VERIFICA DI UNO STILE DI VITA ATTIVO, DENTRO AL CENTRO E NELLA VITA QUOTIDIANA

EDUCAZIONE NUTRIZIONALE

Uscire dalla logica della dieta e della rinuncia

STIMOLO E COSTANTE CONTROLLO MEDICO

IMPARARE:
UN METODO PERSONALE,
UN'ALIMENTAZIONE SANA ED EQUILIBRATA,
LA GESTIONE DELLE PROPRIE EMOZIONI E DEGLI IMPREVISTI QUOTIDIANI,
A NON RINUNCIARE

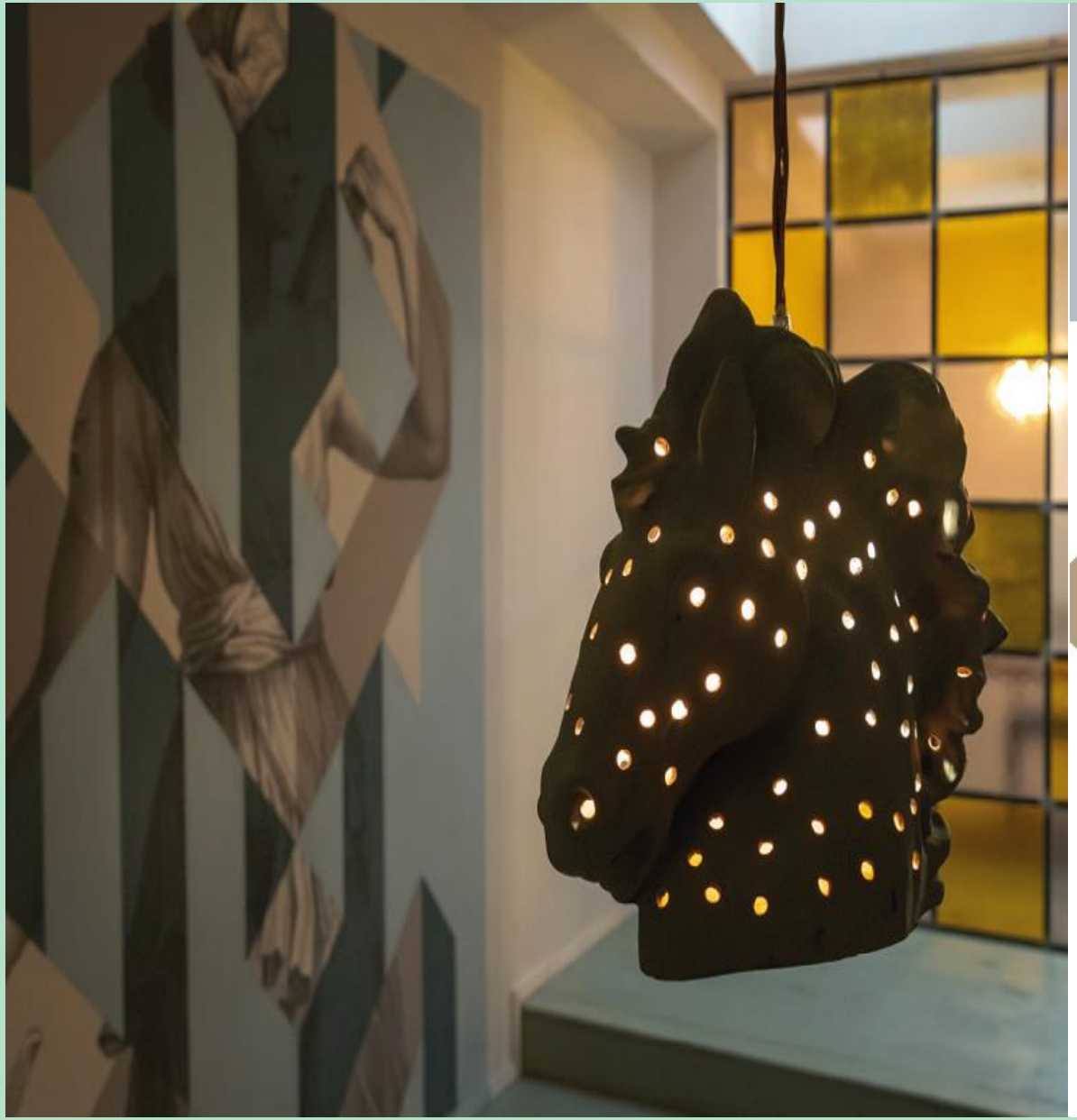
EDUCAZIONE ESTETICA

Imparare a volersi bene

IMPARARE:
AD APPREZZARSI DI PIÙ
A PRENDERSI CURA DEL PROPRIO CORPO
GRAZIE A RITUALI E TRATTAMENTI
CHE AGISCONO SUGLI EFFETTI DI STRESS
E STILI DI VITA SCORETTI

UN LUOGO DOVE STARE BENE

La cura dei dettagli,
un ambiente unico e accogliente,
una casa, un luogo
che ti faccia sentire bene.

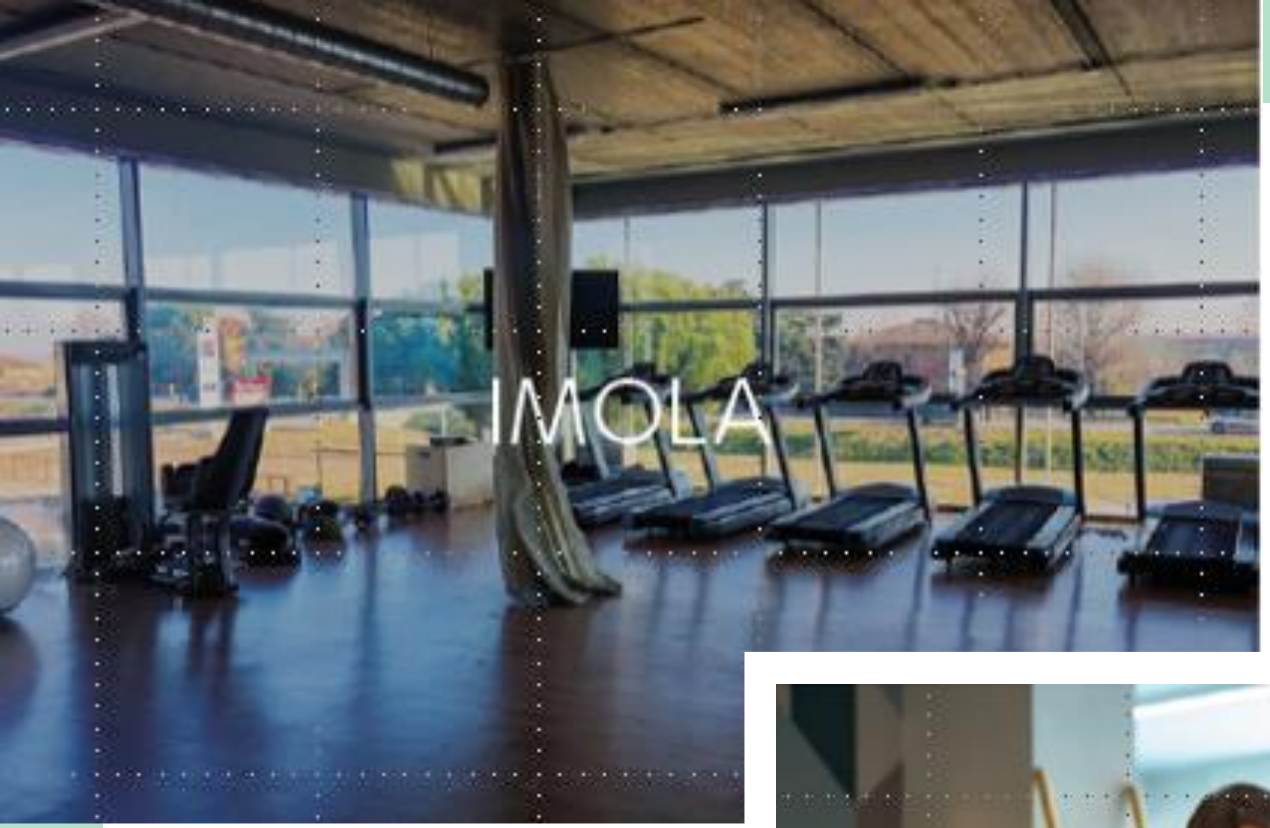


I TRATTAMENTI OLISTICI

MASSAGGIO BIOENERGETICO (CALIFORNIANO)
MASSAGGIO DELLA REGINA (SEA MALEY ANTISTRESS)
MASSAGGIO LINFATICO INDIANO
MASSAGGIO CON LE PIETRE CALDE (HOT STONE)
MASSAGGIO DEL PIEDE (FOOT MASSAGE)
MASSAGGIO SVEDESE/SPORTIVO
MASSAGGIO THAI OIL

L'ESPERIENZA PERBENE IN SINTESI

1. Valutazione corporea
2. Formulazione obiettivi
3. Educazione alimentare
4. Allenamento Personalizzato
5. Cura della persona
6. Verifica del risultato


IMOLA

FAENZA

MILANO
XBENE
XBENE

BOLOGNA

C5D_0873
CASALECCHIO

XBENE

www.xbene.it
info@xbene.net

IMOLA
via Ugo la Malfa 10
0542 642480
375 5683444

FAENZA
via Forlivese 37
0546 796635
344 1091491

BOLOGNA
via Riva di Reno 58
375 5171591

CASALECCHIO
via Isonzo 55/4
340 4079261

MILANO
via Varese 12
375 7249688