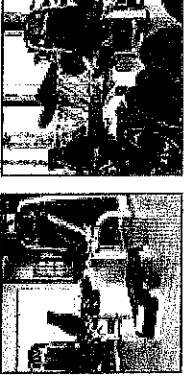
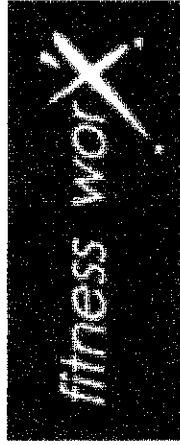


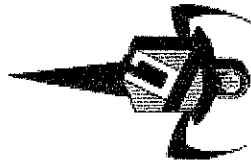
VIZ



Protocolo



Lionesa



Sindicato Nacional do Corpo da Guarda Municipal

Março 2008



fitness worX
lite

Apresentação Global Fitness e Fitness WorX



A Global Fitness é uma empresa cuja actividade está relacionada com a Gestão de Clubes (ginásios) e Serviço de Consultoria na área do fitness.

A primeira área de actividade da Global Fitness está directamente relacionada com a gestão de franchisings da cadeia Holmes Place (Fitness Worx).

A Global Fitness inicia a sua actividade com a abertura de 3 Clubes até Abril de 2008 (Santo Tirso, Ermesinde, LIO - Centro Empresarial Lionesa, S. Mamede Infesta e ISEP).

Tem como objectivo chegar a 50 Centros de Treino até 2011.



fitness worX
lite

Fitness WorX – by Holmes Place

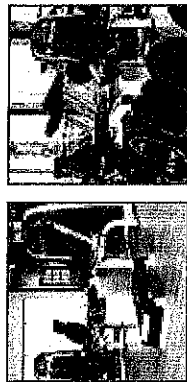


Fitness WorX – O novo conceito de ginásios do Holmes Place

FitnessWorX é um conceito de franchising com:

- Forte sentido de Fitness num ambiente motivado, familiar e divertido.
- Forte referência da marca.
- Link a PT Expresso (Personal Trainer) e Treinos Explosivos de 30 minutos.





Actividades e horários de funcionamento

Actividades e Serviços

Ginásio	Estúdio de Cycle
Ginástica de Grupo	Pilates
Body Pump	Aero Step
Body Combat	Circuito Explosivo (30 minutos)
Total Condicionamento	Treino Personalizado
Ritmos	SPA (Cabelereiro / Massagem / Estética)
Step- local	Fitness Shop

Horário de Funcionamento

2.ª a 6.ª feira: 08.00h/21.00h

Sábados: 10.00h/14.00h

Domingos e Feriados: encerrado

fitness worX *lite*

Aulas estúdio

Horário aulas

HORÁRIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
12.30		Pilates			
13.00		Cycle			Cycle
17.30		Ritmos		Step-local	
18.30					Pilates
19.00	Cycle	Pilates	Cycle	Ritmos	
19.30		Cycle	Aero-step	Cycle	

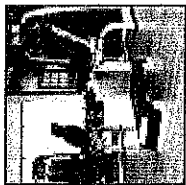
fitness worX

LIONESA



fitness that worX!

GLOBAL FITNESS



fitness workX
lite

1. Condições Protocolo



Receita	Protocolo SNCGP	
	Mensal	Annual
Inscrição até abertura (Início Maio)	15,00 €	-
Inscrição após abertura (Início Maio)	25,00 €	-
Ginásio	30,00 €	324,00 €
Ginásio + 1 aula/sem	38,00 €	410,40 €
Ginásio + 2 aulas/sem	46,00 €	496,80 €
Ginásio + 3 aulas/sem	54,00 €	583,20 €
2 aulas/semana	38,00 €	410,40 €
3 aulas/semana	46,00 €	496,80 €

Pacotes Especiais	VIP	
	Mensal	VIP
PT1x/sem+ginásio+1/aula	175,00 €	VIP1
PT2x/sem+ginásio+1/aula	300,00 €	VIP2
Sessão Personal Trainer – 35,00 €		

fitness worX
lite

Contactos



Fitness Worx LIO Centro Empresarial Lionesa

Morada: Centro Empresarial Lionesa - R. Lionesa, 446
Maia – Porto (atrás da UNICER)

TM 961 779 612

Rafael Santos - rafael.santos@globalfitness.pt

TM 961 779 602

Anabela Magalhães - anabela.magalhães@globalfitness.pt
ou Sofia Chacim – sofia.chacim@globalfitness.pt

lionesa@globalfitness.pt
www.globalfitness.pt

