

Siz tüm bunları yaparken çocuklarınızın da keyifli vakit geçirmesi için her şey düşünülmüş Ankara Şehir Kulübü'nde... Uzman eğitmenler eşliğinde 2-12 yaş arası çocuklar için Çocuk Kulübünde birbirinden renkli ve eğlenceli oyunlar çocuklarınızı bekliyor.



Tüm bu ayrıcalıklardan faydalanmak için size önerimiz hemen bir randevu alıp şehrin içinde ama şehirden uzakta sağlıklı, spor dolu, dostlarınızla keyifli vakit geçirebileceğiniz bir dünyaya Ankara Şehir Kulübüne adım atın...

Uğur Mumcu Caddesi No:88 Gaziosmanpaşa
Telefon: 0312 446 17 27

PERSONAL TRAINNING (PT) :

Hedefleriniz için zamanı kısaltın. Profesyonel eğitmenlerimiz eşliğinde sizlerin farklı ihtiyaç ve beklentilerini karşılamak amacıyla çok daha detaylı hazırlanan PT programları ile en kısa zamanda amacınıza ulaşmak elinizde.



OTOPARK:

Ankara Şehir Kulübü üyelerinin en yoğun saatlerde kullanabileceği ve özel olarak hazırlanan kapalı otopark stickeri ile park sorunu yaşamayacaksınız.



PRESTİGE CARD:

Üyelerimiz için çıkarmış olduğumuz prestige kart ile alışverişlerde ayrıcalıklardan faydalanabilirsiniz.



SQUASH:

Türkiye Squash Federasyonu kriterlerine uygun profesyonel maç zeminine uygundur. Uzman eğitimlerimiz eşliğinde öğrenebilir biliyorsanız squash'ın keyfine varabilirsiniz.





BASKETBOL SAHASI:

-Nizami ölçülerde olan basketbol sahasında basketbol,voleybol,salon futbolu ve tenis gibi takım sporlarında yapabilir yapılan turnuvalara katılabilirsiniz.



BLİSS GÜZELLİK MERKEZİ:

Ankara Şehir Kulübü' nün içinde sadece üyelere değil tüm başkentlilere hizmet veren Bliss Güzellik Merkezinde ise ' sağlıklı bir vücut ve taze bir ruha sahip olmanın yolu ' sloganıyla; epilasyon, cilt bakımı, skin life sistem, lipoliz, anti-aging özel sistem (kit bakım), dermaroller, el ayak bakımı, vücut şekillendirme, vücut bakımı, genel bakım, kozmetik danışmanlık hizmetleri yer almakta olup uzman masöz kadrosundan bali ,medical, spor, aromaerapi ,bölgesel,refleksoloji, sıcak taş, mum yağı masaj uygulamalarından faydalanabilirsiniz.



Özel stüdyolarda haftalık 85 saati bulan değişik grup derslerinde:

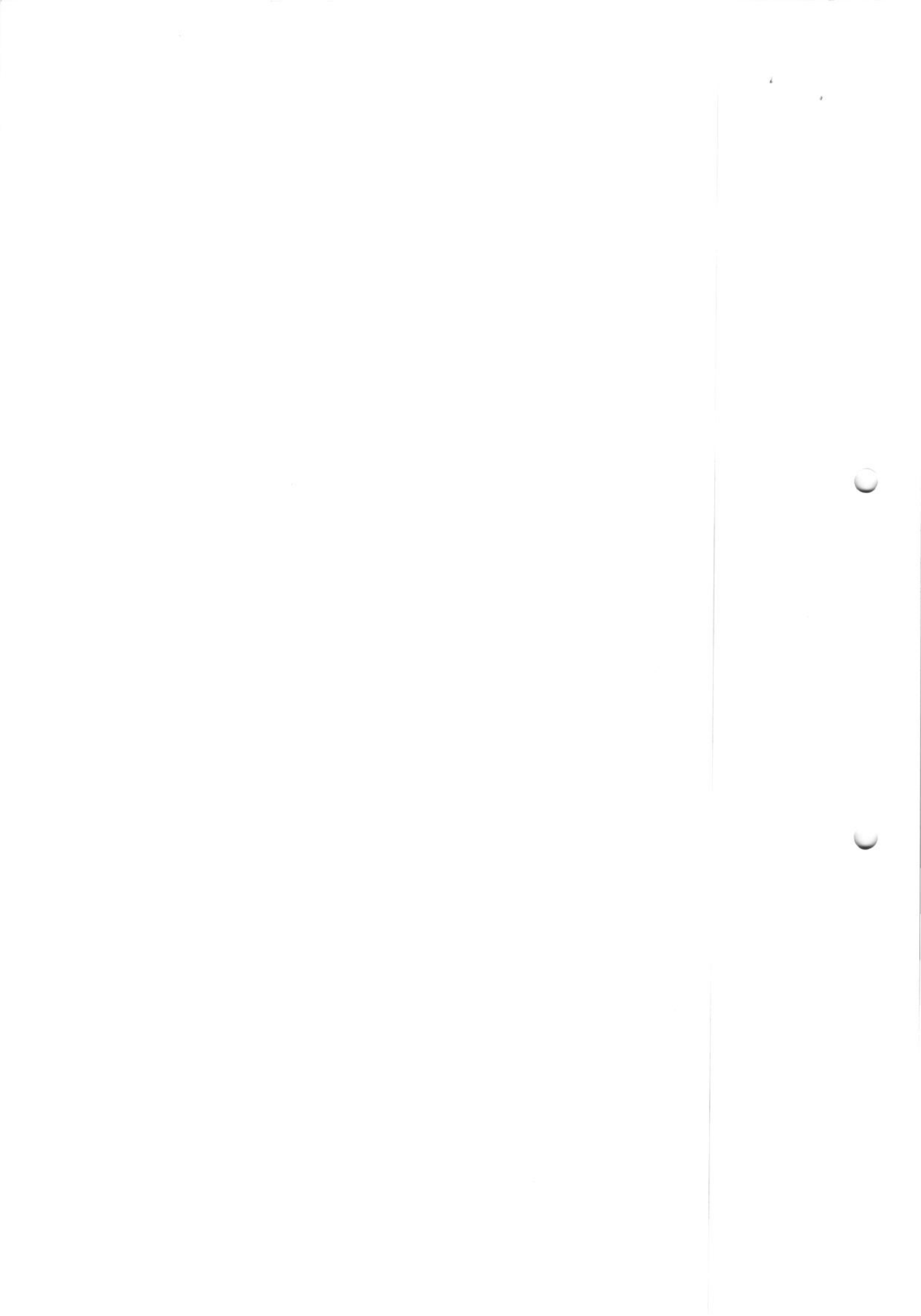
- Pilates,
- Wellnessball,
- Tae-bo,
- Alegro pilates ,
- Spining,
- Yoga,
- Aero yoga,
- Latin aero,
- Zumba,
- Tai chi,
- Aero yoga,
- Ritmo Latino,
- Stretching,
- Six Pack,
- Fatburn,
- Aqua gym,
- Body tone alabileceğiniz derslerden sadece birkaçı...



YARI OLİMPİK YÜZME HAVUZU:

- 25x6,5m boyutlarında ve 2.20m derinliğindeki yarı olimpik standartlarda kapalı yüzme havuzunda günün yorgunluğunu suda atarken, dilerseniz buhar odası ve saunalardan da faydalanabilirsiniz.





Ankara Şehir Kulübü

ASK

1995 yılında MNG Holding bünyesinde kurulan Ankara Şehir Kulübü uzun yıllardır başkentlilerin sağlık ve spor denilince ilk akla gelen tercihlerin başında geliyor. Ankara Şehir Kulübü sadece sağlıklı yaşamın adresi değil aynı zamanda seçkin üyelerin bir arada keyifli vakit geçirebileceği bir şehir kulübü olarak hizmet veriyor.

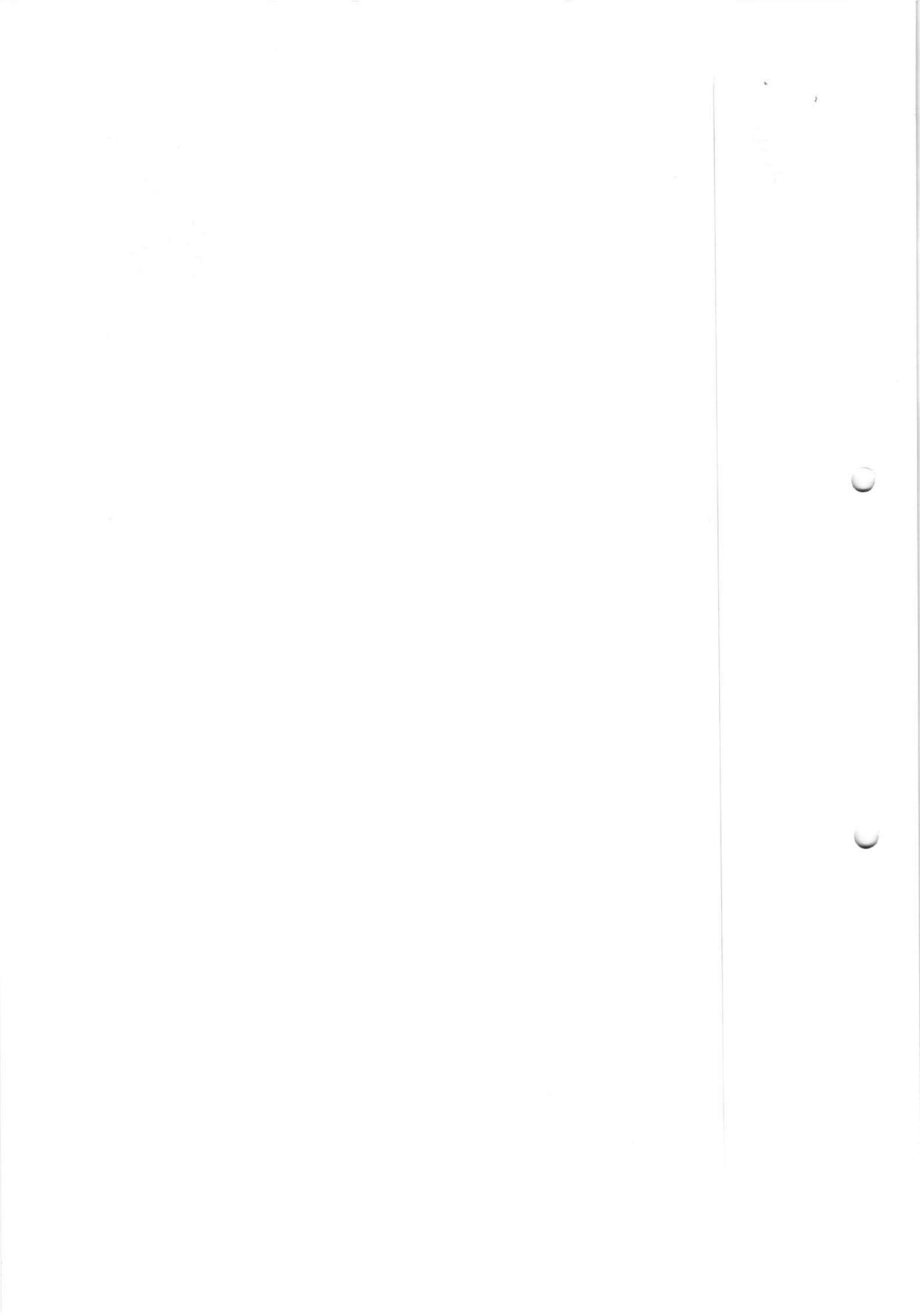


4 yıl önce yenilenen yüzüyle başkentlilere hizmet veren Ankara Şehir Kulübü'nde; fitness, grup egzersiz dersleri, tenis, squash, basketbol sahası, yarı olimpik standartlarda yüzme havuzu, sauna, buhar odası, çocuk kulübü, Bliss Güzellik Merkezi ve cafe alanları bulunmaktadır.

FİTNESS:

- Stretching alanları,
- Kardiyovasküler egzersiz alanları,
- Serbest ağırlık alanları,
- trx alanı ve konusunda uzman fitness danışmanlarının size özel yapmış oldukları vücut kompozisyonu ve hazırladıkları programlarla bilinçli spor yapmanın ayrıcalığını sunuyor.





Deva m

Uğur Mumcu Caddesi
No:88 G.O.P. Çankaya - ANKARA
www.ankarasehirkulubu.com



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
GENÇLİK VE SPOR
BAKANLIĞI



asa
HEALTHY SPORTS ANKARA

ARTIK ÇOCUKLARINIZLA AYNI KULÜPTE
SPOR YAPABİLECEKSİNİZ



20
Spor dalında
Eğitim

4-12 yaş
grupuna
yönelik

Gençlik Ve Spor Bakanlığı
Çalışanlarına
ÖZEL %10 İNDİRİM

Ankara Şehir Kulübü



FITNESS, SPINNING, BASKETBOL, VOLEYBOL, STEP&AEROBİK, BUHAR ODASI,
JAKUZİ, YOGA STÜDYO, TENİS KORTU, TAVLA, YARI OLİMPİK YÜZME HAVUZU,
MASA TENİŞİ, MİNİ FUTBOL, DART, SAUNA, ÇOCUK STÜDYO, BİLARDO, CAFE,
GRUP EGZERSİZ STÜDYOLARI, VALE HİZMETİ, SPA, SQUASH, HAVLU SERVİŞİ,
KAPALI OTOPARK.

BİLGİ - Tanyol Toraganlı: 0530 501 08 51