



S U C C E S S

16TH MIND BODY CONVENTION

ROMA 12-13 NOVEMBER MMXVI

ITALIA

16° Edizione Convegno Mind Body 'SUCCESS 2016'

Dopo ben 15 Edizioni siamo arrivati all sedicesimo. Convegno Polestar. Il nostro convegno è divenuto un appuntamento ormai consueto nella scena Italiana del metodo Pilates e delle altre discipline Mind Body e affini. L'esperienza acquistata in questi sedici anni ci spinge a migliorare ancora di più e di approfondire il contenuto con sessioni sempre all'avanguardia ed ospiti prestigiosi. Senza trascurare l'interazione tra i partecipanti e i momenti ludici aspiriamo di essere sempre al top delle innovazioni e delle nuove idee.

GARUDA PILATES -il Metodo e il Pilates

Il **PMA**: Cos'è come posso essere un insegnante Certificato PMA?



Workout di Towel e **Small Ball Pilates Matwork**

Novità 2016 al Convegno : 'The willPower Method' e 'Kamagon Pilates'

Pilates per il **Mal di Collo** e per Clienti con Parkinson



Vieni a provare l'**OOV PILATES**

.....e tante altre novità utili da introdurre nella tua prossima lezione di Pilates!

Alcuni presenters internazionali



JAMES D'SILVIA
Londra (GB)
Il creatore di **GARUDA**

METHOD. Nato e cresciuto a Goa, in India prima di trasferirsi in Inghilterra per la sua carriera di danzatore. Nel 2000, James ha aperto il suo personale studio di Pilates a Londra membro del PMA e del "Pilates Foundation UK".



SHELLY POWER
Miami (USA)
Shelly Power è la co-fondatrice di **Polestar**

Pilates. ha collaborato con la scuola Polestar fin dalla sua nascita nel 1992 e attualmente ne è la coordinatrice. del 2012 è stata eletta nel consiglio d'amministrazione del PMA e attualmente riveste la carica di Presidente.



VALENTIN
San Francisco (USA)

Valentin, con un passato da danzatrice, ha insegnato nell'ambito di movimento per importanti aziende come la NIKE e IDEA, per apprendere poi nel mondo del Pilates. E' una Presenter di Pilates dal 2005 e Insegnante nella scuola di **Balanced Body.**



STACEY LEI KRAUSS
Londra (GB)

Presenter e docente internazionale con oltre 25 anni di esperienza professionale nell'industria del fitness, come creatrice del programma **The willPower Method®**, è specializzata nei principi del foot-fitness .

PROGRAMMA 'CONVEGNO SUCCESS 2016'



Venerdì 11 Novembre 'PRE-CONVEGNO SUCCESS' - ABITART HOTEL RM

08.00-09.00 Registrazione

10.00-17.00 La Tecnica 'Garuda Pilates' - Gli esercizi e sequenze con James D'Silvia (UK)

18.00- 20.00 Kamagon Pilates- Un workout Stravolgente con Serafino Ambrosio



SABATO 12 NOVEMBRE . 'CONVEGNO SUCCESS' ABITART HOTEL RM

8.00- 9.00 Registrazione/Welcome Drink/Tradeshow open per i tuoi acquisti

09.15-11.00 workshop 'FALSI MITI E VERITA' SUL 'CORE' con Shelly Power (USA)

11.00-12.30 workshop 'PALLE DI FUOCO' Valentin(USA)

12.30-14.30 Pausa pranzo / Tradeshow open per i tuoi acquisti

(DISCORSO PMA)

14.30-16.15 'Coaching attraverso Sensi Primari-The willPower Method®' Stacey Lei Krauss (UK)

16.15-18.00 workshop ' PILATES TOWEL WORKOUT' con Valentin

18.00-18.30 Pausa /Tradeshow e shopping

18.30- 20.00 ws 'UNA NUOVA PROSPETTIVA NEL MATWORK' con Shelly Power (USA)

ore 20.30 FESTA PILATES:' VIVA ESPANA' Matador e Flamenco*



DOMENICA 13 NOVEMBRE . 'CONVEGNO SUCCESS' ABITART HOTEL RM

07.00-07.30 Registrazione

08.00-09.30 workshop'Salvare il Collo evitando il dolore' con Valentin

09.30-11.15 'CUES DAI PIEDI ALLA TESTA-The will Power Method®' con Stacey Lei Krauss (UK)

11.15-12.30 Tradeshow / Shopping e Coffee Break

12.30-14.00 workshop 'UN PASSO IN AVANTI CON IL REFORMER' con Shelly Power(USA)

14.00-15.15 Tradeshow/ Shopping e Pausa Pranzo

15.15-16.45 workshop 'Pilates per Clienti con Parkinson' con Valentin

16.45-18.00 workshop 'Cues Vincenti per migliorarti come Insegnante' con Shelly Power

ore 18.00 chiusura Convegno Success / Tradeshow e Shopping

COSTI CONVEGNO 'SUCCESS 2016'	SCONTO EARLY BIRD PRIMA DEL 7 OTT '16	DAL 8 OTT . AL 4 NOV. 2016
1. Solo Venerdi 11 Nov. 'Garuda Pilates con James D'Silvia comprende: 6 ore di corso, dispense Garuda e attestato di Partecipazione.	€195+iva	€245+iva
2. Solo KAMAGON PILATES con Serafino Ambrosio comprende: 2 ore di corso, dispense KamagonPilates e attestato di Partecipazione.	€49+iva	€ 79+iva
3. Garuda (venerdì 11 Nov) più Sabato 12 Nov del ' Convegno Success' comprende:tutto elencato in punto 1 e 2	€425+iva	€475+iva
4. Pacchetto SUCCESS 2016' (2gg.sab e dom): comprende: circa 18 ore di corso, 1 manuale 'Success 2016', borsa e gadgets, 1 rinfresco, buoni sconto acquisti al tradeshow, ingresso alla Festa Pilates Sabato sera, coffee break, attestato e tante altre sorprese	€395+iva	€445+iva
5. Pacchetto VIP- 'Garuda-Pilates' più 2 Giorni di Convegno 'Success 2016' comprende: circa 26 ore di corso, manuale 'Success 2016' e manuale di Garuda, borsa e gadgets, 1 rinfresco, buoni sconto acquisti al tradeshow, ingresso alla Festa Pilates Sabato sera, coffee break, attestato e tante altre sorprese	€555+iva	€595+iva
6. Workshop Singolo nel Convegno 'Success 2016' comprende: le dispense del workshop più attestato di partecipazione.	solo in vendita dopo il 14 ott previa disponibilità di posti	€65+iva

sabato 12 Novembre
'FESTA PILATES :VIVA ESPANA'
Matador e Flamenco
'Light Dinner Party' e cocktails. A seguire ci
sara' il 'Gran gala' con spettacoli 'Pilates

sabato 12 e domenica 13 Novembre
Trade Show 9.00 - 19.00
per tutto il tuo Shopping **PILATES** a
prezzi imbattibili Abbigliamento
Pilates , nuovi DVD Pilates, nuovi Libri
e tutti gli attrezzi di diversi marchi, ed
altro ancora.



Per l'entrata alla FESTA del sabato sera per chi non ha acquistato il pacchetto Success o VIP o per gli esterni si prega contattare la segreteria.

Informazioni generali sulle Lezioni 'SUCCESS 2016 Conference-Polestar Pilates'

Workshop di Garuda Pilates (SOLO VENERDI 11 Nov.)

Si inizia con una lezione durante la quale si discute come strutturare e rendere funzionale un workout. Si parlerà della funzione dei differenti tipi di respirazione, della funzionalità del movimento attraverso i diversi piani, supino, decubito laterale, prono - e nelle diverse posizioni come seduti, in ginocchio, in quadrupedia e in piedi. James insegnerà l'importanza delle transizioni nei movimenti e come creare forza nel movimento e come il movimento consapevole sia meditazione. Questo workshop ti insegnerà nuove competenze su come sperimentare il movimento materiale.

KAMAGON PILATES con Serafino Ambrosio (SOLO VENERDI 11 Nov)

In questo Masterclass Serafino ti insegnerà come usare il NUOVO ATTREZZO Funzionale dal 'America' detto 'KAMAGON', - utile, stimolante, funzionale e divertente. Vieni a provarloti innamorerai!!!!

Falsi miti e Verità su Core Control con Shelly Power (USA)

In questo workshop verrà esaminato il concetto del core. Il core non è solo un muscolo, come molti pensano, molti altri fattori sono coinvolti quali il controllo motorio, la mobilità, l'allineamento e la propriocezione.

'Palle di Fuoco' con Valentin (USA)

Le piccole palle blu morbide pesanti forniscono un divertente allenamento per la schiena, cosce, braccia e per gli addominali. In questo workshop testeremo la simmetria e l'equilibrio necessari al core control.

Coaching attraverso i Sensi Primari: The willPower Method® con Stacey Levi Krauss

Quando insegniamo ad un gruppo, alle volte è difficile essere dei buoni coach capaci di guidare i nostri allievi attraverso il movimento con concentrazione ed intenzione. Facendo riferimento al modello di INTEGRAZIONE SENSORIALE sviluppato da Jean Ayres chiamato Ayers Sensory Integration®, utilizzato principalmente nell'ambito della terapia occupazionale, questo workshop propone strategie pratiche per trovare soluzioni a tutte quelle problematiche di percezione sensoriale che possono ripercuotersi sui livelli di performance dei nostri clienti.

Valentin(USA)

Arrotolando, piegando, allungando o strizzando il TOWEL impareremo nuove tecniche per migliorare gli esercizi del repertorio Pilates. Questo semplice strumento di resistenza fornisce suggerimenti tattili e visivi per migliorare l'allineamento e l'allungamento. Con il towel e la musica ritrova la caratteristica del movimento del corpo.

Una nuova prospettiva nel MAT con Shelly Power (USA)

Shelly apporta un approccio innovativo offrendo diverse prospettive agli esercizi tradizionali di Mat Pilates. In questo ws di 3 ore si lavorerà sul movimento per creare il corpo sano per noi e per i nostri clienti, come integrare e progredire gli esercizi a tutti i livelli. Ogni diverso movimento sarà utilizzato per preparare il corpo a poter eseguire un esercizio avanzato sia su tappetino che sugli attrezzi.

Informazioni generali sulle Lezioni 'SUCCESS 2016 Conference-Polestar Pilates'

'Salvare il Collo evitando il dolore' Valentin (USA)

Molte persone soffrono di dolore al collo o sentono rigidità in quella zona. Spesso la causa è una cattiva postura, l'uso eccessivo o lesioni. In questo workshop si discuterà della degenerazione che si verifica con l'età e si studieranno i metodi per trattare questo dolore o disagio con esercizi per il torace, le spalle, la schiena e il collo.

CUES dai piedi alla testa: The willPower Method® con Stacey Levi Krauss

Negli ultimi anni gli allenamenti a piedi nudi hanno veramente spopolato, ma il FOOT FITNESS è molto più che muoversi semplicemente senza scarpe. In questo workshop, imparerai come integrare il foot fitness nelle tue lezioni per migliorare capacità propriocettiva, sicurezza di movimento, equilibrio e postura dei tuoi clienti. Ricorda che i piedi, costretti all'interno di calzature tradizionali, potrebbero avere perso quelle forti connessioni neuromuscolari! IMPARA e PRATICA un approccio che potrai applicare immediatamente già dal prossima lezione con i tuoi allievi, cambiando così il tuo modo di dare cues per il resto della tua carriera di istruttore.

Advanced Reformer con Shelly Power (USA)

Questo workshop è l'ideale per coloro che insegnano nei gruppi e individualmente e che cercano un repertorio più dinamico e avanzato da presentare ai propri clienti. Insegnando gli esercizi esploreremo come integrarli nel modo più efficace.

Pilates per Clienti con Parkinsons con Valentin (USA)

Il Parkinson è una malattia neurologica che colpisce la coordinazione dei movimenti. La perdita di dopamina, una sostanza chimica nel cervello, impedisce ai neuroni di attivarsi normalmente. Può causare sia una diminuzione dell'azione muscolare involontaria che di quella volontaria. Impareremo quindi in questo workshop alcuni esercizi utili a gestire l'equilibrio e la coordinazione motoria che sono due degli effetti collaterali causati dal Parkinson.

I Cues Vincenti per Migliorarti come Insegnate Pilates con Shelly Power (USA)

Cosa fa diventare una lezione di pilates di successo? Ogni persona al quale lo chiedi ti risponde in modo differente e ogni risposta è giusta. In questo workshop identificheremo gli aspetti più importanti per creare lezioni efficaci e sfidanti. Studieremo i diversi tipi di cues, come selezionarli e utilizzarli nel modo ottimale. I clienti vedranno e sentiranno la differenza così come voi.



PRESENTERS



JAMES D'SILVIA (UK)

Il creatore di Garuda Pilates Method, The Garuda Apparatus e fondatore del Garuda Studio. James D'Silva è nato e cresciuto a Goa, in India prima di trasferirsi in Inghilterra per la sua carriera di danzatore. Nel 2000, James ha aperto il suo personale studio di Pilates a Londra e da qui nasce la sua reputazione in questo ambito, consolidatasi tra tanti suoi clienti fedeli. Ha lavorato con personaggi come Madonna e Gwyneth Paltrow, creando inoltre un DVD di fitness di grande successo.. James è membro del PMAe del "Pilates Foundation UK", è anche GYROTONIC®.



SHELLY POWER (USA)

Shelly Power è la co-fondatrice ed Educator di Polestar Pilates. Ha sempre collaborato con la scuola Polestar fin dalla sua nascita nel 1992 e attualmente ne è la coordinatrice. Shelley ha danzato professionalmente per 12 anni laureandosi in Danza all'Università Statale della California a Sacramento, nella cui facoltà ha successivamente collaborato dal 1992 al 1998. E' certificata in GYROTONIC®,. Dal dicembre del 2012 è stata eletta nel consiglio d'amministrazione del Pilates Method Alliance e attualmente riveste la carica di Presidente.



VALENTIN (USA)

Valentin, con un passato da danzatrice, ha insegnato movimento per importanti aziende come la NIKE e IDEA, per approdare poi nel mondo del Pilates, guidata da Elisabeth Larkam. E' un Presenter internazionale di Pilates dal 2005 e Insegnante nella scuola di Balanced Body. L'enfasi del suo insegnamento è nella forma, nella precisione e nella musicalità della connessione mente corpo. Molte delle sue classi impiegano tecniche per aumentare la lunghezza, stabilizzando le articolazioni e riqualificando i muscoli all'uso ottimale nella vita quotidiana.



STACEY LEI KRAUSS (UK)

Stacey Lei Krauss è presenter e docente internazionale con oltre 25 anni di esperienza professionale nell'industria del fitness. Come creatrice del pluripremiato programma cardio-fusion The willPower Method®, è specializzata nell'integrazione dei principi del foot-fitness nell'ambito di differenti metodologie d'allenamento ed ha creato così un ponte capace di unire movimento consapevole alla performance training. Detentricessa del prestigioso premio 2014 ECA Best Female Presenter Award, negli Stati Uniti è Fitness Advisor per Vibram FiveFingers, oltre che Mindful Music Advisor per Power Music®, Teacher Trainer per Peak Pilates, Master Trainer per BOSU® e per Schwinn® Cycling e Reiki practitioner.



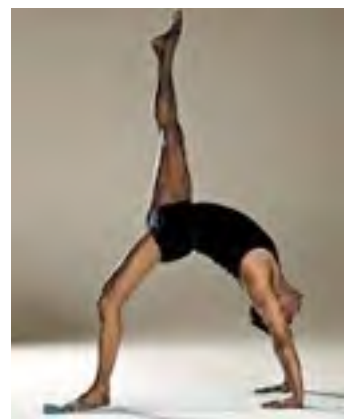
Pre Convention venerdì 11 Novembre

Abitart Hotel .Via P Matteucci RM

‘Il Metodo Garuda Pilates’

con James D’Silvia (UK)

Si inizia con una lezione durante la quale si discute come strutturare e rendere funzionale una lezione. Si parlerà della funzione dei differenti tipi di respirazione, della funzionalità del movimento attraverso i diversi piani, supino, decubito laterale, prono - e nelle diverse posizioni come seduti, in ginocchio, in quadrupedia e in piedi. James insegnerà l'importanza delle transizioni nei movimenti e come creare forza nel movimento e come il movimento consapevole sia meditazione. Questo workshop ti insegnerà nuove competenze su come sperimentare il movimento materiale.



Luogo - Roma Abitart Hotel via P .Matteucci (zona Piramide)

Data e Orario - venerdì 11 novembre dalle ore dalle 10.00 alle 17.00 (6 ore)

Costo - vedi scheda pagina 3

Come Iscriverti e regolamento- Vedere ‘Regolamento e Iscrizione’

NOVITA’

Pre Convention venerdì 11 Novembre

Abitart Hotel . Via P Matteucci RM

‘Il Metodo Kamagon Pilates’

con Serafino Ambrosio



Un attrezzo innovativo , creativo ed efficace...ti innamorerai subito. Kamagon è usato in fitness per lezioni funzionali, ma ora si può usare anche con il Pilates !!

L’attrezzo di aiuterà ad aiutare i tuoi clienti a ‘veramente’ sentire il loro CORE subito in maniera sicura ed efficace. Adatto a clienti sia principianti sia avanzati.

In queste due ore imparerai come usare il Kamagon in modo sicuro e imparerai gli esercizi di base che faranno la DIFFERENZA!

Provalo....e lo userai sempre!

Luogo - Roma Abitart Hotel via P .Matteucci (zona Piramide)

Data e Orario - venerdì 11 novembre dalle ore dalle 18.00- 20.00 (2 ore)

Costo - vedi scheda pagina 3

Come Iscriverti e regolamento- Vedere ‘Regolamento e Iscrizione’

NOVITA' AL CONVEGNO POLESTAR SUCCESS 2016



NOVITA'

RUNITY PROGRAM

Anteprima per l'Italia al Convegno Polestar Pilates
vieni a provare il 'nuovo' programma di Polestar



NOVITA'

The willPower Method

Anteprima per l'Italia al Convegno Polestar Pilates
con la creatrice Stacey Lei Krauss (UK)

KAMAGON PILATES

Anteprima per l'Italia al Convegno Polestar Pilates
provalo con Serafino Ambrosio

OOV PILATES

al Convegno Polestar Pilates
provalo con Master Trainers di OOV Pilates Italia



NOVITA'

SANDBELLS PILATES

Anteprima per l'Italia al Convegno Polestar Pilates
provalo con Master Trainers Italia



NOVITA'

PMA -Pilates Method Alliance

Vieni ad ascoltare la presidente della PMA - Shelly
Power fare un discorso su come il PMA ti aiuterà ad
essere ancora più 'Professionale'



Regolamento ed iscrizione per tutti gli eventi

PreConvegno e Convegno Success 2016

leggete bene per favore

Quanto devo versare per la prenotazione?

Prima di effettuare qualsiasi versamento **accertarsi sulla disponibilità dei posti!** Per la prenotazione è necessario versare:

€244,00 (€200 +22%Iva) per 'Il Convegno Success punti 3,4,5 solo (vedi tabella pagina 3)

€ 183,00 (€150+20%Iva) per il PreConvegno punto 1 (vedi scheda pagina 3)

o €59.78 (€49+22%Iva) per il singoli Workshop Punti 2 , 6 (vedi scheda pagina 3)

come acconto entro le date sopraindicate. Inviare ricevuta del versamento e cedola d'iscrizione via email: info@ilmetodo.it Il saldo avverrà alla registrazione il giorno stesso dell'incontro. (tramite Assegno o contanti solo)

Scadenza per la prenotazione: il pagamento solo per la prenotazione del Pre - Convegno e Singoli Masterclass va effettuato entro il **7 Ott '16** (sconto EarlyBird) o entro il **4 Nov.'16**, (quota ordinaria) farà fede la data del versamento per la tariffa applicabile (vedi documento sopra). Se l'iscrizione, salvo disponibilità dei posti, avviene nei giorni successivi al **4 Nov. '16** il costo aumenterà di € 45,00+Iva per ogni incontro scelto.

Cancellazione e rimborso- La quota di prenotazione versata **non è** in alcun caso rimborsabile. I bonifici effettuati senza consultare preventivamente la disponibilità effettiva dei posti verranno rimborsati con una trattenuta di €10,00 per spese amministrative. "Il Metodo" di Serafino Ambrosio, concessionario Polestar-Pilates, e Seraficum srl hanno la facoltà di cancellare, qualora necessario, gli incontri pubblicizzati con rimborso totale. Inoltre si riservano il diritto di cambiare luogo, date, programma e docenti qualora necessario. I costi di trasporto, pernottamento alberghiero o altri costi aggiuntivi sostenuti per partecipare agli incontri, non sono a carico nè di Polestar Pilates nè di Il Metodo di Serafino Ambrosio nè di Seraficum srl.



CEDOLA D'ISCRIZIONE PER GLI INCONTRI DEL CONVEGNO PILATES SUCCESS 2016

DATI PER LA FATTURA

Intestazione Ragione Sociale.....

Indirizzo.....

Codice fiscale.....

Partita Iva.....

DATI PERSONALI

Cognome Nome.....

Residente a Prov..... CAP.....

Via..... n.....

Tel/..... Cel.....

email.....

CHIEDE L'ISCRIZIONE AL (marchiare con una 'X' su evento/i scelto/i)

- Garuda Pilates con D'Silvia il 11 Nov'16 (Abitart Hotel ore 9-17)
- Kamagon Pilates Workshop con S.Ambrosio il 11 Nov.'16 (Abitart Hotel ore 18-20)
- Due giorni'Convegno Success 2016' il 12-13 Nov.'16 (Abitart Hotel)
- VIP Convegno Success-Tre Giorni' il 11-12-13 Nov.'16 (Abitart Hotel)**
- solo Un(1) GIORNO SABATO Convegno Success il 12 Nov.'16 (Abitart Hotel)
- solo Un(1) GIORNO DOMENICA Convegno Success il 13 Nov.'16 (Abitart Hotel)
- solo dei Workshops- scrivi quali qui.....

VERSANDO LA SOMMA DI €iltramite:

BONIFICO BANCARIO: IBAN: IT 34 Z 02008 05209 000010487248 **Banca:** Unicredit
Banca di Roma **Filiale** Via Statuto - Roma **Intestato** a: SERAFICUM S.r.l. ,

o CONTANTI: **ho letto e compreso il regolamento d'adesione relativo all'incontro scritto sopra(pag 9)**

FIRMA.....DATA E LUOGO.....

Compilare ed inviare via email info@ilmetodo.it

(Polestar InfoLine; Lun./Ven dalle 9.30 alle13.30 tel. +39 06. 824790)

N.B. La compilazione del presente modulo implica l'autorizzazione all'utilizzo dei dati in esso contenuti in forma anonima e collettiva e non saranno pertanto trasmessi a terzi se non previo consenso dell'interessato.

Convention Hotel 'ABITART HOTEL'

come prenotarlo

Via P. Matteucci 10/20 Roma 00154 Tel +39.06 4543191

Ispirato agli splendidi edifici di archeologia industriale del quartiere Ostiense e Testaccio, l'Hotel Abitart si integra perfettamente con il tessuto urbanistico in cui si colloca. Al suo interno le lampade, le applique, gli specchi e gli altri complementi d'arredo, sono tutti pezzi unici realizzati da giovani artisti contemporanei di Roma.

COME RAGGIUGERE L'HOTEL? IN AUTO: SI TROVA VICINO PIRAMIDE SULLA VIA OSTIENSE/ IN TRENO: SI TROVA A 200MT DALLA STAZIONE METROPOLITANA DI PIRAMIDE / IN AEREO: DA FIUMICINO PRENDERE IL TRENINO PER FARA SABINA, SCENDERE A OSTIENSE/PIRAMIDE E CAMMINARE 200MT.

COSTI CONVEZIONATI PER CAMERE 'ABITART HOTEL' : CAMERA DOPPIA USO SINGOLA €80 PER CAMERA PER NOTTE/CAMERA DOPPIA €99 PER CAMERA PER NOTTE/CAMERA TRIPLA €125 PER CAMERA PER NOTTE/ JUNIOR SUITE (USO DOPPIA) €149,00 PER SUITE PER NOTTE (PREZZI COMPRESI DI IVA E COLAZIONE, ESCLUSO TASSA DI SOGGIORNO)

Altri Alloggi in zona:

Intorno all 'Abitart Hotel' ci sono molti altri posti dove puoi alloggiare, tutti molto vicini. Chiamaci in ufficio Polestar allo 06.824790 per avere consigli.

Hotel Pyramid (3min a piedi) tel. 06 5780009 (prezzi da €105 doppia a notte)

B&B Piramide (3 min a piedi) tel. 335 665 7732 (prezzi da € 70 doppia con colazione)

B&B Le Rose (1 min a piedi) tel 06 574 2139(prezzi da €80 doppia)

B&B Marco Aurelio (1 min a piedi) tel 333.6722336 (prezzi da €89 doppia)

Hotel Re Testa tel 06. 8775501 (prezzi da €110 doppia a notte)

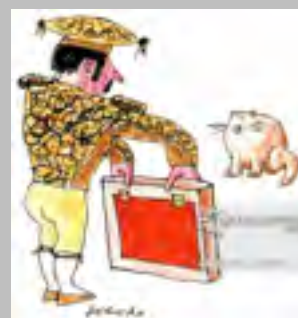
B&B Triumuirum cell.3921757373 (prezzi da €70 doppia a notte)

FESTA SABATO SERA

'VIVA ESPANA-MATADOR E FLAMENCO'

Ricorda che ci sarà la GRANDE ESPANA POLESTAR FESTA

**il Sabato Sera 12 Nov. dalle ore 21, non prendere
altri impegni!!!**



ABITART HOTEL

MODULO DI RICHIESTA DI PRENOTAZIONE SOLO:

Polestar Pilates Convegno 12-13 novembre 2016

Nome e cognome Ospite:

Tel + e-mail :

Arrivo:

Partenza:

Vi preghiamo specificare tipologia e tariffa richiesta :

Camera doppia uso singola € 90,00 per camera per notte

Camera doppia/twin € 109,00 per camera per notte

Camera tripla € 135,00 per suite per notte

Junior Suite (uso singola) € 129,00 per suite per notte

Junior Suite (uso doppia) € 149,00 per suite per notte

Junior Suite (uso tripla) € 175,00 per suite per notte

Le tariffe delle camere sono comprensive di iva 10%, Wi-Fi , Mediaset Premium , SAT TV e prima colazione americana al buffet.

Tassa di soggiorno esclusa (€ 6,00 per persona per notte, a saldo diretto individuale).

Politica di cancellazione: le cancellazioni effettuate entro le ore 12:00 7 giorni prima della data di arrivo sono possibili senza alcuna penalità. Per cancellazioni effettuate dopo tale termine o in caso di mancato arrivo, sarà addebitata sulla carta di credito fornita a garanzia una penale pari al 100% della prima notte di soggiorno.

Autorizzo la relativa pre-autorizzazione per verificarne la validità

Tipo carta di credito	
Numero	
Data di scadenza	
Cod. di sicurezza (3 cifre)	
Intestatario	

Pagamento: diretto alla partenza

FIRMA LEGGIBILE Data :

**da inviare QUESTO FOGLIO DIRETTAMENTE AL ABITART HOTEL
tramite e-mail : info@abitarthotel oppure fax : 06/454319899**

Preview di cose da comprare al convegno 'SUCCESS'

Abbigliamento per
Pilates a Prezzi scontati
- TOPS , PANTALONI,
CANNOTTIERE ecc.

GENESI/SISSEL PILATES

Vendita degli attrezzi
piccoli per il Matwork e
gli attrezzi grandi per lo
Studio Pilates a prezzi
scontati di Fiera. Festa
di sabato sera Offerta da
Genesi!



NUOVI DVD
Sara' in vendita il nuovo DVD di Polestar Pilates
di Matwork Nuovi libri e tante altre soprore...



EUROTONIC SRL

Vendita degli attrezzi piccoli
per il Matwork e gli attrezzi
grandi per lo Studio Pilates a
prezzi scontati di Fiera.



PILATECH

Vendita degli attrezzi piccoli per il
Matwork e gli attrezzi grandi per lo
Studio Pilates a prezzi scontati.



RI-CERTIFICAZIONE POLESTAR

Se ti sei certificato con Polestar e
la tua certificazione è scaduta puoi
richiedere la 'Nuova
Certificazione al Convegno



CERTIFICAZIONE POLESTAR :Se
avete passato da poco l'esame vi sarà
consegnata la vostra Certificazione al
convegno! Facile!

E tante novità e
Public relations!
Ci vediamo al Convegno.....

VIVA POLESTAR!

