



AYCM MAGAZIN

2016. JÚNIUS



Tartalomjegyzék

1. I. Hévízi FutóFesztivál - 2016. június 18.

Az AYCM tagok a helyszíni és az online nevezésből is 20% kedvezményt kapnak.

2. Color Run 2016 -

10% és 15% AYCM kedvezmény a nevezésből AYCM Klubkártyával.

3. MOL Bubi bérlet

Az AYCM 40%-ot átvállal a cégek rendeléséből.

4. POLAR Running Program

Segít abban, hogy maximálisan felkészült legyél.

5. Új Wellness Magazin

Most trendi strandcuccokkal! :)

6. SIXT limuzin szolgáltatás

20%-os kedvezmény AYCM Klubtagoknak!

7. All You Can Move Hírek

8. Új All You Can Move SportPass elfogadóhelyek

A **RISKA** BEMUTATJA:



I. Hévízi FutóFesztivál

2016. június 18.
Hévíz, Festetics tér

**714
21 km**



Az All You Can Move Klubtagok
a helyszíni és az online nevezésből is
20% kedvezményt kapnak.

Az online felületen (<http://hevizrunning.com/nevezes/online-nevezes/#.VzCfPeRBGTM>)

a promóciós kód mezőbe kell beírni az AYCM kártya
számát a kedvezmény élesítéséhez. Helyszíni nevezésnél
az AYCM kártya felmutatása szükséges.

Félmaraton
egyéni és váltófutás

Warm up: 15:30 | Start: 16:00

Eredményhirdetés: 19:00

Házigazda:

DJ Dominique

Este nagykoncert!

Sztárfellépő:

Kasza Tibi

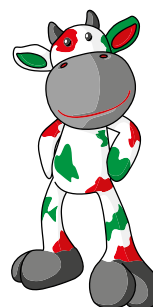


Sztárfellépő:

Csepregi Éva



Főtámogatónk:



Elérhetőségeink: 20 / 965 5711 | 30 / 552 4258
hevizrunning@gmail.com, hevizrunning.com

RISKA



**Regisztrálj kedvezményesen AYCM
kártyáddal az idei Color Run-ra!**

Június 4. és Június 17-e között 10% kedvezménnyel 4040 Ft

Részletek <http://allyoucanmove.hu/aycm+-exkluziv/aycm-exkluziv>

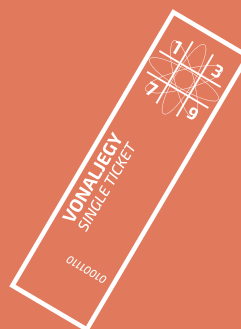


A cégek által vásárolt Mol Bubi éves bérletéből az All You Can Move közel 40%-ot átvállal.

18.900,- Ft helyett 11.400,- Ft.



< 3x



havonta

Spórolj MOL Bubival, ha nem szeretnél autóval a dugóban állni vagy BKK tömegközlekedéssel utazni!

Részletekért keress minket telefonon vagy e-mailen: info@aycm.hu / +36 1 445 1563





POLAR RUNNING PROGRAM

Életed egyik legnagyobb futó eseményére készülsz?
... vagy csupán szükséged van némi iránymutatásra
a futással kapcsolatban?

A Polar Running Program segít abban, hogy max-
imálisan felkészülj, irányt mutat és végig vezet Téged
egészen a célig.



Megjelent a Wellness magazin friss száma, benne az All You Can Move által támogatott cikksorozatokkal és hasznos tippekkel!

www.wellnesscafe.hu

Wellness

A TESTEM & ÉN

2016. 3. szám

5 DOLOG,
amit a vékony lányok
MÁSKÉNT csinálnak

TÁRSKERESÉS
A TINDEREN TÚL

30 NAPOS
BEACHBODY-
KIHÍVÁS
BIKINIS

TÉGED IS
MEGFŐZNEK!
A legszexibb
sztárszakácsok

2016. XVI. évfolyam • 3. szám
545 Ft • 270 DIN • 10,9 LEI • SK: 2,96 €

16003

9 771588 353000

Central Média csoport

DIÉTA
Egy hét,
és strandra kész

Most trendi
strandcuccokkal!
SZEREZD BE MIND!

SHORT

BEACH KENDŐ

TÁSKA

csak
750 Ft

Sixt Limousine Service Hungary az UEFA Kongresszus hivatalos szállítópартnere volt.

A Sixt Limousine Service volt a hivatalos mobilitási partnere a 2016. május 3-án, Budapesten megrendezésre kerülő 40. UEFA Kongresszusnak. A rendezvény alatt több, mint 50 embert, több, mint 18 új premium és luxus kivitelű BMW modellekkel szállított a Sixt Hungary 22 sofőrje. Az erre az alkalomra összállított autós flotta értéke meghaladta az 500 millió Ft-ot is.

Sixt Limousine Service Hungary-t érte a megtiszteltetés, hogy az UEFA elnök, az UEFA Végrehajtó Bizottság tagjai, a FIFA Bizottságának tagjai, valamint különböző futball egyesületek tagjainak a mobilitását segíthette.

A limuzin szolgáltatások árából 20%-os kedvezményt biztosít az érvényes AYCM SportPass-szal rendelkező Klubtagok számára.

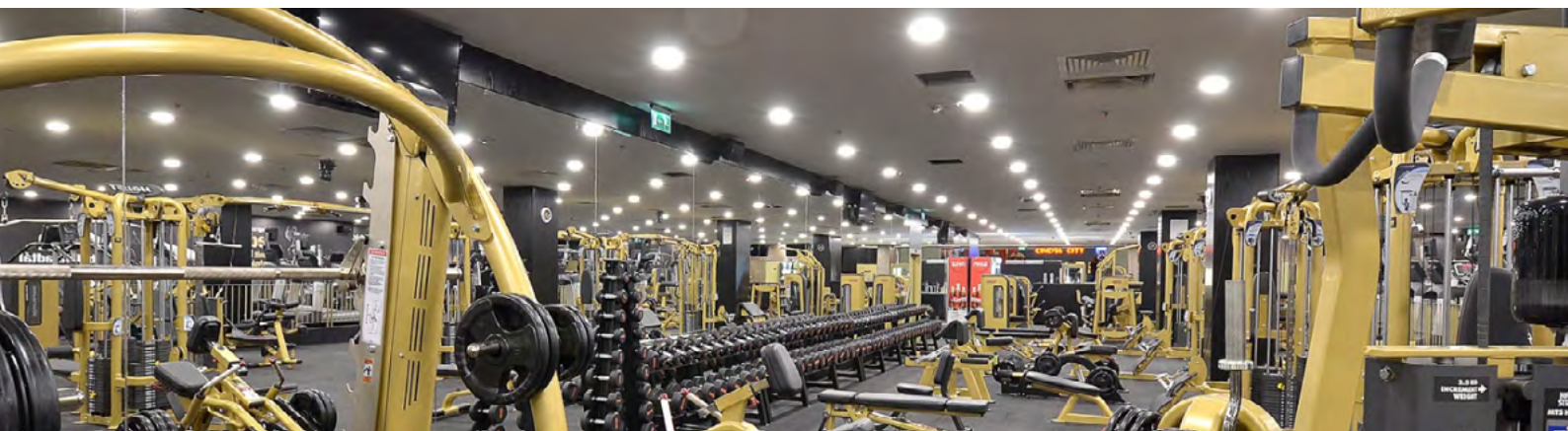
The logo for Sixt rent a car, featuring the word "SIXT" in a large, bold, white sans-serif font with a blue swoosh above the "I". Below it, the words "rent a car" are written in a smaller, blue, lowercase sans-serif font.

SIXT
rent a car

Elérhetőség: www.sixt.hu • Foglalási Központ: +36 1 451 4227 • sixt@sixt.hu



All You Can Move – Hírek –



Peak Gym Aréna - Oktatók és csoportos óráik - Válogass kedvedre!



Capoeira aerobica a Get Fit River Fitness-ben!



Kezdő jóga: minden szerdán 19-20-ig a Chili Fitness 2-ben.



BUDAÖRS VÁROSI USZODA SPORTCSARNOK ÉS STRAND



Budaörsi Városi Uszoda tervezett leállása: 2016. június 6-12.



Új JALAGATI Módszer: június 6-tól a MOM Sport Uszoda és Sportközpontban!



Pihenj egy fárasztó edzés után a Lord Body Fitness szaunában!



Kiss Gergely háromszoros olimpiai bajnok vízilabdázó az egyedi, számozott, arany sávos Mustanggal.



Az All You Can Move támogatása mellett, június 11-én Baranya megyében folytatódik a Magyar Olimpiai Bizottság eseménysorozata az 5próba Rióba programsorozat. Jelentkezz Te is vagy nevezd céges csapatodat!



**Megjelent az AYCM legújabb PR cikke a stylemagazin.hu-n:
Női - férfi egyensúly és a sport viszonyáról.**



Új elfogadóhelyeink – Budapest –

A Bázis

CARDIO / CROSS EDZÉS / FITNESS

Az A Bázis alapítói egy olyan termet szerettek volna létrehozni, ahol minden sportolni vágyó jól tudja magát érezni, s hangulatos, családias légkörben el is tudja érni a céljait. A terem megalkotói olyan cross training termet terveztek, ami alapvetően a szabad súlyos edzésekre van kihegyezve, néhány speciális érdekességgel. Gépparkjuk teljesen új, több, mint 25 géppel rendelkezik.



M

Beautyrobic Központ

CSOPORTOS ÓRA / RÚDTÁNC

Ismerd meg az új mozgásformát, a Beautyrobic-ot, ami sokkal inkább egy új selfness irányzat, hiszen itt nem csak a külsőd formálódik, de igyekeznek hangsúlyt fektetni arra, hogy a belső kisugárzásod és magabiztosságod is növekedjen. A törölköző KÖTELEZŐ! Aki elfelejtett magával hozni 500 ft-ért bérelhet egyet az órára.

Bejelentkezés szükséges! +36 30 524 4951 vagy info@beautyrobic.hu



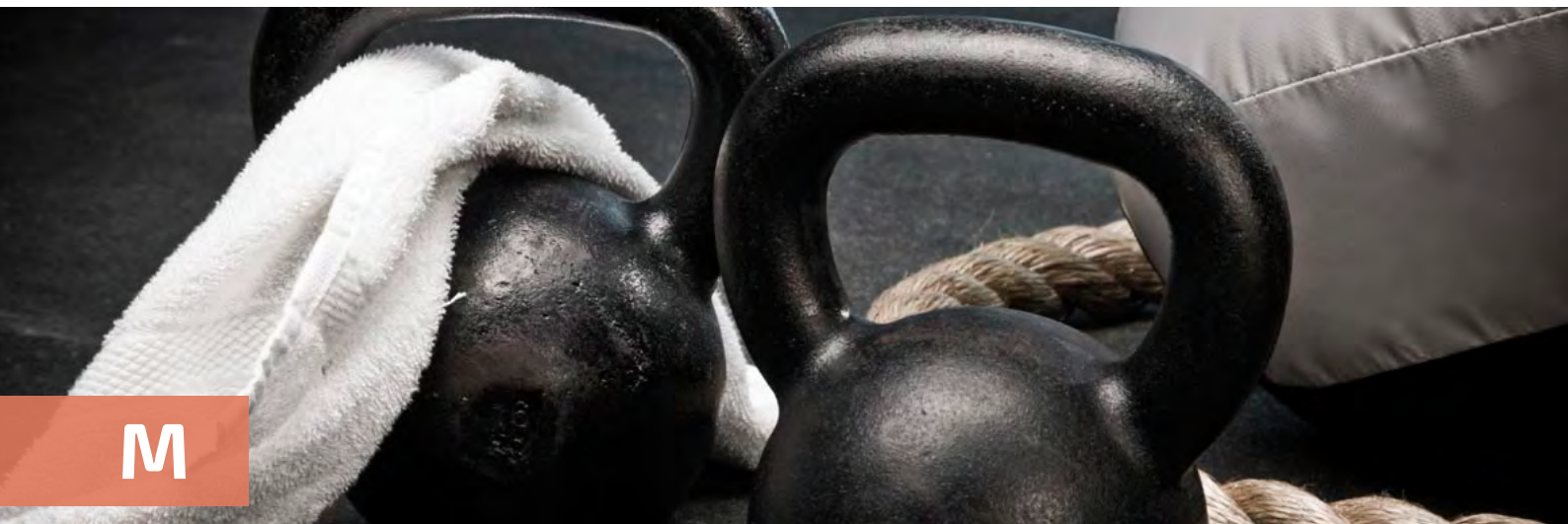
XXL



KMO Mozgásműhely

CSOPORTOS ÓRA

A kettlebellek a helyszínen rendelkezésre állnak mindenféle méretben. Már csak Te kellesz!



M

Mandala Jóga Deáktér

JÓGA

A nyitás tervezett időpontja: 2016. július 01.



XL



Mozgássziget

CSOPORTOS ÓRA / TÁNC

Test Lélek Szellem harmóniájában családias környezetben várnak szeretettel új vezetőséggel!



Napfény Mozgásstúdió

CSOPORTOS ÓRA / JÓGA

Napos, világos, hangulatos stúdióban gyakorolhatod az ászanákat, a lecsendesedést és a befelé figyelmet a 3.kerület egyik legszebb részén, a Rómain.





Naposkert Joga

JÓGA

Napos, világos, hangulatos stúdióban gyakorolhatod az ászanákat, a lecsendesedést és a befelé figyelést a 3.kerület egyik legszebb részén, a Rómain.



Ventura Fitness

CARDIO / CSOPORTOS ÓRA / FITNESS / JÓGA

Családias termékben várják a testileg és lelkileg formálódni vágyókat fitness szolgáltatások széles körével az aerobiktól a személyi edzésig!





Z1 Fitness

CSOPORTOS ÓRA / FITNESS

Eddz náluk vezető amerikai és nyugat-európai géptípusokból összeválogatott edzőgépekkel és válogass kedvedre a csoportos óráik széles választékából! **Tervezett nyitás: 2016. június 13.**



M



Új elfogadóhelyeink – országos –

Alcatraz Edzőterem - Cegléd

CSOPORTOS ÓRA

Termükben kettlebell edzéssel várnak Téged!



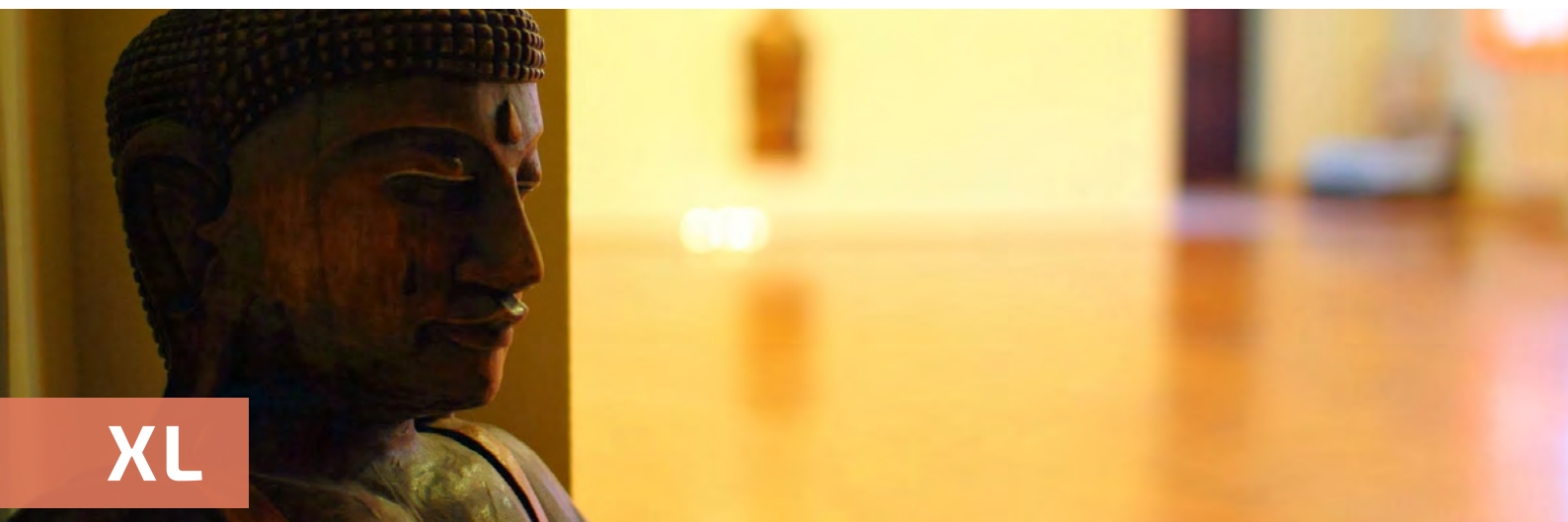
M

AranyHold Jóga és Terápiás Udvar - Tata

CSOPORTOS ÓRA / JÓGA

A környék legképzettebb oktatóival és terapeutáival várnak Téged is! Látogass el hozzájuk, ha szeretnél egy szép, barátságos helyen, családi hangulatban, kedves emberek között tanulni, fejlődni testben és lélekben!

A 90 perces órák plusz 500 Ft helyszíni díj megfizetése mellett látogathatók.



XL



Kellys Fitness Club Funkcionális Edzőterem - Dunakeszi

CARDIO / CSOPORTOS ÓRA / JÓGA

Várnak Téged a családias hangulatú, barátságos környezetbe, igényes és modern kialakítású stúdiójukba, különböző fitness eszközökkel felszerelve!



L

Láng Fitness - Gödöllő

CSOPORTOS ÓRA / FITNESS

A Láng Fitness 2001. január 2-án kezdte meg tevékenységét, azzal a céllal, hogy egy olyan családias hangulatú sportolási lehetőséget valósítson meg, ahol otthonos, barátságos, kulturált környezetben tudj edzeni.



M



SPARTA Edzőterem - Cegléd

CSOPORTOS ÓRA

Termükben kettlebell edzéseken vehetsz részt.



M

Szolnoki Squash és Szauna Club - Szolnok

SQUASH

Ha nem szereted az unalmas súlyzós edzéseket, de szeretnél kellemes környezetben és jó hangulatban sportolni, akkor látogass el hozzájuk!

Az AYCM Sportpass-szal nem rendelkező játékos a mindenkor pályadíj felét köteles a helyszínen megfizetni. AYCM Klubtagok a szaunát 1 200,- Ft helyszínen történő megfizetése mellett látogathatják.



L



Tatai Aréna Sportcentrum - Tata

CARDIO / CSOPORTOS ÓRA / FITNESS / SPINNING / TÁNC

1000 m² alapterületen több mint 60 erőgép és 23 cardiogép áll vendégeik szolgálatára. Az edzésekhez szakmai segítséget, valamint edzéstervet biztosítanak ingyenesen.

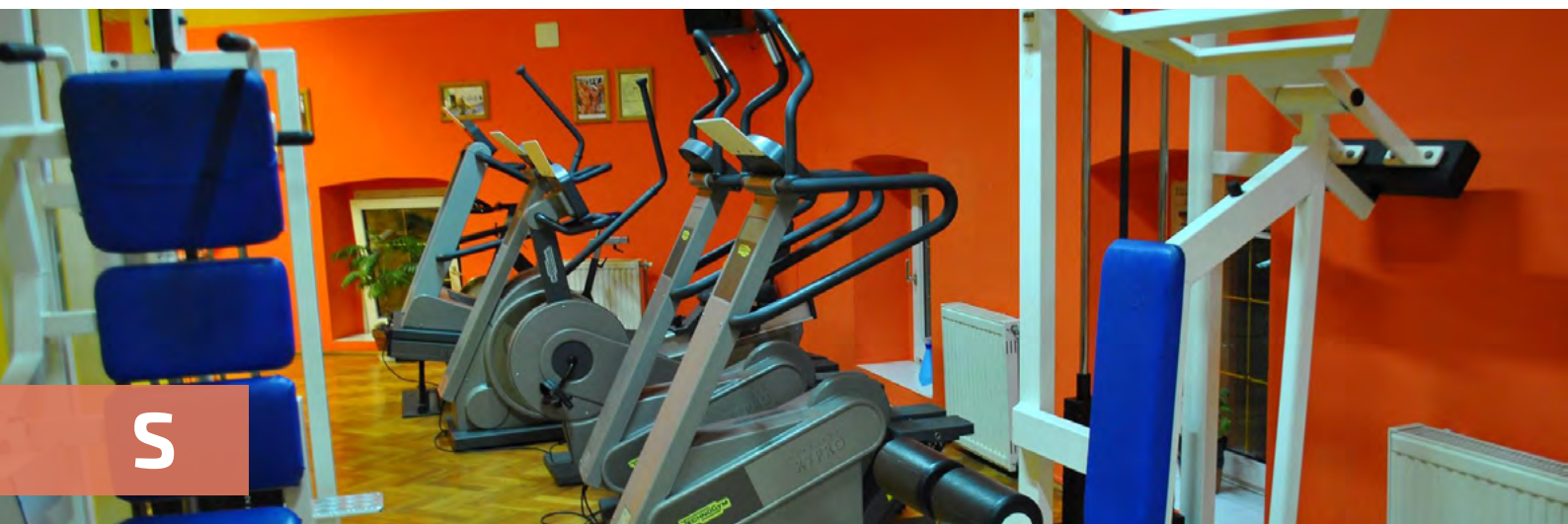


S

TM Sport Fitness - Hódmezővásárhely

CARDIO / FITNESS

1000 m² alapterületen több mint 60 erőgép és 23 cardiogép áll vendégeik szolgálatára. Az edzésekhez szakmai segítséget, valamint edzéstervet biztosítanak ingyenesen.



S



További jó sportolást kívánunk!