



## BUGÜNLERDE HAVUZA BAŞKA BİR GÖZLE BAKIYORUZ!

YENİ DENEYİMLER ARAYAN BİR FITNESS BAĞIMLISIYSANIZ,  
REKABETÇİ ORTAM ARAYAN PROFESYONEL BİR SPORCUYSANIZ  
YA DA GÜNLÜK BASİT HAREKETLERDE BİLE ZORLUK ÇEKİYORSANIZ  
SU SİZE ÇOK DAHA FAZLASINI SUNUYOR.

### AquaJog® Antrenmanlarının Faydaları

- Saatte 800 kaloriye kadar kalori yakmanızı sağlar.
- Tamamen total-body (tüm vücut) antrenmandır.
- Kara antrenmanlarından sonra oluşan kas ağrılarını yaşamazsınız. (Bunun nedeni de suyun yer çekiminden arınmış bir ortam sunması ve vücudunuza bir baskı uygulanmıyor olmasıdır)
- Siz hareket ederken suyun da sürekli olarak vücudunuza yaptığı manipülasyon, masaj etkisi yaratır ve selülitlerin daha kısa sürede yok olmasını sağlar.
- Kilo vermenizi fakat kilo vermenin ötesinde vücudunuzda kısa sürede gözle görülür bir sıkılaşıma ve toparlanma sağlar.
- Eklem rahatsızlıklarının, fitıkların ve sporcu sakatlanmalarının iyileşme sürecini hızlandırır, problemlerin ortadan kaldırılmasında etkin rol oynar. (Doktorların sürekli yüzün demesinin arkasında tamamen SU antrenmanları yatar)
- Obeziteyi engeller.
- Karada yapamadığınız birçok hareketi yapmanızı sağlar.
- Hamilelik döneminde, daha rahat bir doğum sürecine sizi hazırlar. Doğum sonrası kiloların verilmesinde, vücudun toparlanmasında hızlı ve etkili bir antrenmandır.
- Ruhunuzu dinginleştirir.
- Stresi azaltır.



**SUYUN GÜCÜNÜ KEŞFET**



## HİZMETLER

- AquaJogging Özel Grup Performans Antrenmanları
- Recovery (sakatlanma sonrası iyileşme) Antrenmanları
- Bireysel Özel AquaJogging Antrenmanları
- Teknik Yüzme Dersleri

## AYRICALIKLAR

- Garanti Emeklilik sahiplerine özel %15 indirimli üyelik avantajı / [detaylı bilgi için tıklayınız](#)
- Shop&Miles Milleriyle üyelik satın alabilme avantajı / [detaylı bilgi için tıklayınız](#)
- Manivela Coffee Truck satış noktalarında AquaJoggerlara özel %20 indirim (@manivelacoffeetruck)

## ÜYELİK ÇEŞİTLERİ

AquaJogging grup derslerimiz için 2 tip üyelik modelimiz bulunmaktadır. Aylık Üyelik Modeli ve Flex Paket Üyeliği olmak üzere 2 tip üyelik sistemimiz bulunmaktadır. Kullanım süreleri bazında farklılaşan bu iki tip üyelikten size uygun olan modeli seçebilirsiniz.

Grup dersi dışında birebir özel ders hizmetinden faydalanabilirsiniz.

Yüzme tekniğinizi geliştirmek, varsa su korkunuzu yenmek için teknik yüzme dersleri satın alabilirsiniz.

### 1) AYLIK ÜYELİK MODELİ

HİZMET	KREDİ KARTI	HAVALE
1 AYLIK LİMİTLİ (8 DERS İLE SINIRLIDIR)	1000 TL	900 TL
1 AYLIK LİMİTSİZ	1500 TL	1400 TL
3 AYLIK LİMİTSİZ	4000 TL	3900 TL

## 2) FLEX PAKET ÜYELİĞİ

HİZMET	KREDİ KARTI	HAVALE
AquaJogging 10 Ders (Kullanım süresi:2 ay)	1650 TL	1550 TL
AquaJogging 15 Ders (Kullanım süresi:3 ay)	2250 TL	2150 tl
AquaJogging 20 Ders (Kullanım süresi:4 ay)	2750 TL	2650 tl

\* **Üyelerimizin Flex Paket yenilemelerinde %10 indirim avantajı bulunmaktadır.**

\* **Birden fazla kişi aynı anda kayıt yaptırmanız halinde %10 indirim uygulanmaktadır.**

## 3) ÖZEL AQUAJOGGING DERSLERİ

Grup ders saatleri programınıza uymuyorsa, sağlık durumunuz grup çalışmasına uygun değilse ya da bireysel olarak özel dersi tercih ediyorsanız tamamen size özel planlanan AquaJogging antrenmanlarını tercih edebilirsiniz.

Özel ders planlamaları 10 saatlik çalışmalar halinde planlanmaktadır.

HİZMET	KREDİ KARTI	HAVALE
AquaJogging Özel Ders (Saat)	295 TL	250 TL

## 4) TEKNİK YÜZME DERSLERİ

HİZMET	KREDİ KARTI	HAVALE
TEKNİK YÜZME 1 DERS	240 TL	200 TL
TEKNİK YÜZME 5 DERS	1125 TL	950 TL
TEKNİK YÜZME 10 DERS	2125 TL	1800 TL

## GENEL ÜYELİK BİLGİLERİ VE KURALLARI

- Derslere katılımlar yalnızca **Online Rezervasyon** ile sağlanmaktadır.
- Sisteme kayıt yapmak için ücret ödememiz gerekmez, sistem kaydını oluşturduktan sonra dilerseiz direkt uygulama içinden size uygun olan ders ve paketi seçerek kredi kartı ile satın alma işlemini gerçekleştirebilirsiniz.

## SUYUN GÜCÜNÜ KEŞFET

- Ödeme yöntemi olarak Havale/EFT tercih etmeniz durumunda, ödeme gerçekleşikten sonra sistemde paketiniz tarafımızdan aktif hale getirilir.
- **HEMEN REZERVASYON** bölümünden haftalık des programını görebilir ve size uygun olan gün ve saatlere rezervasyon oluşturabilirsiniz.
- Rezervasyon oluşturmadan derslere katılım sağlanmamaktadır.

## ONLINE KAYIT LINKLERİ

Web tarayıcınızdan kayıt ve rezervasyon oluşturmak için **TIKLAYINIZ**

App Store'dan telefonunuza uygulamayı indirerek kayıt ve rezervasyon yapmak için **TIKLAYINIZ**

Google Play'den telefonunuza uygulamayı indirerek kayıt ve rezervasyon yapmak için **TIKLAYINIZ**

## ŞUBELER

- **ATAŞEHİR / ANDROMEDA RESIDENCE MY CLUB**
- **MASLAK / MASHATTAN SİTESİ MASSPORT SPORTS CLUB**
- **BAHÇELİEVLER / MY CLUB**

*Aramıza şimdiden hoş geldiniz,*

*Aqua Jog Club Ekibi*



[www.aquajogclub.com](http://www.aquajogclub.com)

[hello@aquajogclub.com](mailto:hello@aquajogclub.com)

0539 683 63 66

0553 584 12 53

**SUYUN GÜCÜNÜ KEŞFET**