

Il Messaggero

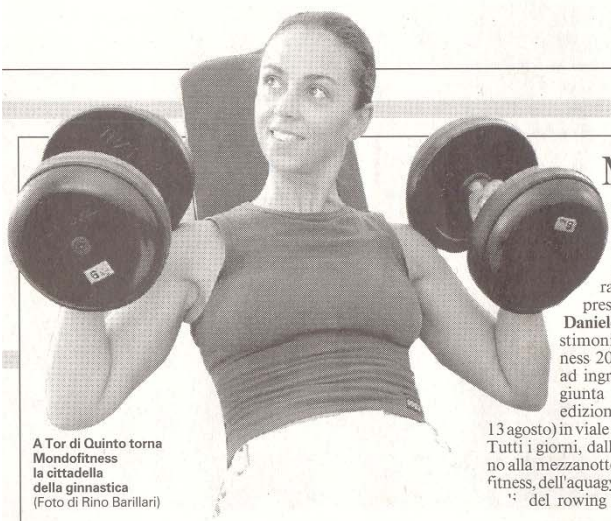
• Abbonamenti facoltativi (da aggiungere al prezzo del quotidiano): con Il MessaggeroTV il martedì € 0,15; nel Lazio, con volume Miseri e Segnati Codice Da Vinci € 0,90; nel Lazio, con volume Biblioteca Romana € 5,00; con volume LAZIO € 7,90; nel Lazio, Umbria, Marche, Abruzzo e Molise, con volume GRANDE ATLANTE NATIONAL GÉOGRAPHIC € 12,00; con Libro-Dvd o Libro-Cd Music € 6,95; nel Lazio, con volume CIVILTA' DELLE NOTTE D'ITALIA € 3,00; con Maschio di Piero Petri nel Lazio, Umbria, Marche, Abruzzo e Molise € 3,00 • Prezzi promozionali: in Umbria € 2,80; nelle Marche € 0,50 • Tandem con altri quotidiani (non accoppiati separatamente nelle province di Brindisi e Lecce) Il Messaggero + Quotidiano € 0,90, la domenica con Tutto Mercato € 1,10; a Taranto Il Messaggero + Quotidiano € 0,90, la domenica con Tutto Mercato € 1,00; Nel Molise, Il Messaggero + Il Quotidiano del Molise € 0,50. Nella provincia di Reggio Calabria Il Messaggero + La Gazzetta del Sud € 1,00. In Abruzzo e nella provincia di Latina Il Messaggero + Corriere dello Sport-Diada € 1,00.

ANNO 128 - N° 161 € 0,90 Italia

IL GIORNALE DEL MATTINO

MERCOLEDÌ 14 GIUGNO 2006 - S. ELISEO PROFETA

ROMA 43
GIORNO & NOTTE



A Tor di Quinto torna Mondofitness la cittadella della ginnastica (Foto di Rino Barillari)

Mondofitness mostra i muscoli a Tor di Quinto

Patiti del fisico tonico e scultoreo scaldate i muscoli. Si è inaugurato ieri sera, alla presenza di **Eleonora Daniele** in qualità di testimonial, "Mondofitness 2006", la kermesse ad ingresso libero che è giunta alla sua settima edizione e si terrà (fino al 13 agosto) in viale Tor di Quinto 57. Tutti i giorni, dalle dieci del mattino alla mezzanotte, i fan del cardiofitness, dell'aquagym, delle arti marziali del rowing e dello spinning

potranno riunirsi per allenarsi con l'ausilio dei più famosi trainer. Non a caso all'inaugurazione ieri era presente anche la biondissima **Jill Cooper**, la trainer americana "guru" nel campo dell'home fitness. Le novità più curiose di questa edizione? La Macumba di **Max Imperoli**, direttamente dal Festival del Fitness di Firenze, che miscela i ritmi della salsa e della rumba con i movimenti dell'aerobica. Ma ci sarà anche la Strobobike, una divertente tecnica di allenamento sulla bike che, a tempo di musica, segna i battiti del cuore accompagnando il movimento con la proiezione di immagini e

note di strobo-music. Per i più "pigri", ovvero gli amanti dell'allenamento dolce, c'è un'area riservata allo Slow Fit per tenersi in forma con ritmi lenti, usufruendo delle tecniche Yoga, Pilates e Stretching. Una speciale "Kids Area" è attrezzata per intrattenere i bambini e naturalmente c'è anche la piscina per l'Aquagym e una spiaggia per il Beach Volley, stile Ibiza. Per avere informazioni sulle varie formule e i costi di abbonamento per seguire le lezioni si può consultare il sito internet www.mondofitness-roma.it.

M.S.Pat.