

## PARCERIA TICKET+ / ZEUSXT ALTO DOS MOINHOS

1. O desconto da ZEUSXT Alto dos Moinhos é atribuído através da apresentação do Cartão Ticket+®.
2. O desconto é aplicável apenas no estúdio do Alto dos Moinhos (Lisboa), sendo o mesmo alargado à rede de estúdios a abrir em 2018 e nos anos seguintes, tituladas pela mesma empresa da unidade do Alto dos Moinhos (Motivação e Êxito, Lda.).

**ZEUSXT**  
ALTO DOS MOINHOS GLOBAL FITNESS EMS



	Peso	Massa Gorda	Idade Metabólica
Outubro 2017	<u>83kg</u>	<u>22%</u>	<u>36 anos</u>
Janeiro 2018	<u>71,8kg</u>	<u>13%</u>	<u>14 anos</u>

**EMS REVOLUTION TECHNOLOGY**

O ZEUSXT é um centro de Fitness inovador, que aposta nos últimos desenvolvimentos tecnológicos aplicados ao desporto e saúde, por forma a dar aos seus clientes o melhor que existe no mercado, a nível mundial. Representante de uma cadeia mundial, a sua actividade centra-se em exercício físico com electroestimulação.

A electroestimulação muscular é um método que combina a tecnologia de exercícios activos de forma a ajudar a desenvolver e a tonificar os músculos. O treino consiste na realização de exercícios de fortalecimento, com uma roupa específica, conectada a uma máquina de

electroestimulação, que permitem que a eficácia seja 10 vezes superior aquando da realização de actividade física de forma isolada. Daí serem apenas 25 minutos de treino por sessão.

A electroestimulação não é apenas “ginástica” passiva. Este método envolve exercício físico como em qualquer ginásio, mas sempre acompanhado por um profissional durante todos os treinos, que avalia todas as necessidades dos clientes e ajuda a trabalhar o corpo, de forma a alcançar os seus objectivos.

#### **Benefícios do Método ZEUSXT:**

- Rápido – 25 minutos de treino (equivalente a mais de 3h de treino convencional)
- Integral – Estimula mais de 350 músculos em simultâneo
- Eficaz – Elimina a celulite e aumenta a circulação sanguínea
- Emagrece – Queima a gordura localizada (mesmo nos locais onde existe mais dificuldade e mais tempo num ginásio normal, como braços e barriga)
- Reduz as dores nas costas – Fortalece os músculos estabilizadores da coluna
- Protege as articulações – Treino de alta intensidade sem carga muscular
- Para Todos – Pessoas sedentárias, activas, desportistas e atletas de alto rendimento
- Seguro – Certificado e recomendado por profissionais de saúde

#### **Notas Importantes:**

- No ZEUSXT Alto dos Moinhos não são aplicadas jóias de entrada, mensalidades ou qualquer outro tipo de fidelização. As sessões são adquiridas por aulas, individuais ou em packs.
- Todos os treinos são acompanhados por um profissional, formado e especializado, de forma individual.