

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Fitness: a Castellanza arriva il Trekkmill Athletic Academy

Marco Tajè · Wednesday, September 2nd, 2015

Importante cambiamento direzionale nel fitness locale. Castellanza, infatti, ospiterà la sede nazionale del Trekkmill Program "group fitness". Dopo 29 anni di storia l'asd Green Fitness Club cede il passo alla nuova Asd Trekkmill Athletic Academy.



"Occorre consapevolezza per fare cio' – commenta Mario Perron animatore del Green Club e oggi direttore tecnico nazionale settore Trekkmill ASI- e se necessario anche il coraggio di voler voltar pagina di un libro che, di storia nell'Altomilanese dello sport in questi 29 anni ne si trova scritta proprio parecchia, storia che ci piace ricordare in compagnia di tanti amici, insieme si e' fatto grande l'ormai ex Green club. Da Ranko Yokoama di "Saranno famosi" ad Andre' De la Roche, da Paul Cayard e David Hopkins con il Moro di Venezia a tutti i campioni di Squash come Peter Marschall e tantissimi altri. .decine di trofei e campionati vinti portando i nostri colori sul gradino piu' alto del podio. Un "ciao" anche a chi ci guarda da lassu' alla nostra Flavia Bardazzi, all' amico Robert e a Gigi Angelini ..rimarranno sempre nei nostri cuori".

Ora ASD Trekkmill Athletic Academy, un cambiamento di rotta necessario e importante per poter sviluppare a pieno i nuovi ambiziosi programmi di quello che, nato 5 anni fa proprio al Green Fitness Club, ha conquistato un posto di rilievo nelle discipline di group training musicale in Italia e sta preparando il decollo oltre frontiera, con un progetto serio e affiancato da aziende leader del settore. In poche parole un contenitore di benessere entusiasmante. Il trekkmill program!

"Quando si parla di Trekkmill Program – spiega Perron – si parla di un format di workout molto allenante e fruibile da chiunque tenga al proprio benessere e alla propria longevita', senza problemi di eta'. L'attrezzo, un tapiroullant con specifiche uniche su cui l'allievo, tramite tecniche di deambulazione (cammino) e di running(corsa) sviluppa e migliora la propria forma fisica, autostima e volonta' di imparare a raggiungere i propri obiettivi".



Il centro storico, situato in viale Rimembranze 20 a Castellanza, da settembre 2015 ricoprirà anche la funzione di sede nazionale e scuola di formazione della disciplina in questione per ASI, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI . Ospitando sia i corsi di formazione per i nuovi istruttori Trekkmill sia sviluppando e testando nuove tematiche rivolte allo studio della deambulazione e del running su piano inclinato , corsi dedicati alla comunicazione nel suo insieme ,allo studio della componente musicale e molto altro ancora. I soci della Trekka , quindi compresi

tutti gli ex soci del Green fitness club, avranno a disposizione oltre a tutti i servizi di cui disponevano precedentemente, anche nuove soluzioni rivolte al proprio benessere ,un' interpretazione del fitness in chiave moderna a cui saranno dedicati nuovi importanti spazi . In primis la nuova area dedicata all'allenamento funzionale che presto verra' ampliata per consentire anche lo sviluppo di Crossfit e Powerlifting, di oltre 200 mq. I soci potranno usufruire come gia' detto precedentemente di tutti i servizi che la nuova ASD propone, corsi con quasi 90 ore settimanali, ampia area cardio piu' sala dedicata all'allenamento isotonico Technogym, TRX, senza tralasciare lo yoga il Pilates, il poweryoga e non potevano mancare i corsi di Zumba, zumba for kids e group cycling con Claudio Chiappucci. Area Spa sia maschile che femminile. Visite mediche, plicometria, consigli alimentari, controlli posturali e funzionali.

"La campagna di iscrizioni di quest'anno – conclude Perron – rispecchia a pieno la voglia di tutto il team! "RicominciAMO". Semplicemente con la passione e l'umilta' che ci ha portato ad iniziare dopo 29 anni una nuova affascinante sfida".

This entry was posted on Wednesday, September 2nd, 2015 at 5:04 pm and is filed under [Danza e ginnastica](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.