

academia de nome no mercado (a 13 anos)

www.metabolismofitacademia.com (site novo)

lugar ótimo entre pompeia e perdizes

fachada, papelaria, uniformes e logo marca, tudo novos

catraca com biometria nova

telhado da sala de ginastica novo

mais uma caixa d agua de 1000 litros nova

piso da sala de bike e de ginastica novos

geladeira nova da coca cola

sistema de cameras

400 alunos

estrutura ótima

varias aulas , academia em plena atividade

contrato de aluguel de 5 anos (paguei luva p ter) q
vale por 15 anos

aluguel muito barato de R\$ 4.700,00 academia com
520 mtrs

StartFragment

sala

ginástica

qtde

descrição

23 placas

tatames eva

8

jumps

10

steps

5

bolas

1

conj. Halter + suporte

1

tornozeleiras

1

cj. Barras + anilhas (b.jump)

3

ventilador axial de parede 600mm

1

A.C. Split 21.000 BTU/h

16

colchonete preto

2

suporte de madeira p/colchonete

1

suporte metalico c/saco para box

1

ap. som (amplif)

Sala de

Spinning

13

bike schwinn

1

A.C. Split 18.000 BTU/h

1

ap. som (amplif) + sub

1

ventilador axial de parede 500mm

1o. Andar + deposito

1

cozinha c/geladeira+pia+mesa+ar

1

micro-ondas

1

cafeteira

1

sanduicheira

1	despensa/materias
2	exaustor axial c/grelha (coz + dep
equip. gerais	
3	bebedouro eletrico c/filtro duplo
1	geladeira expositora (lanchonete)
2	mesa inox c /04 cadeiras
1	expositor de produtos (vitrine)
3	computador em rede (os 3 novos)
2	armario metalico c/bancos p/ vesti
1	guarda volumes/metálico (recepção)
4	espelhos grandes
8	espelhos pequenos
1	balança digital
1	cj.moveis escrit +
	avaliação(mesas/cadeiras/armario
3	sofás 03 lugares
11	ventilador axial 600mm.(salão+abc
1	ventilador axial 500mm.(banh.mas
1	ap.som + balcão (recepção)
10	cx. Som (geral)
1	climatizador Ice House
1	A.C. 18.000BTU/h (LG-split/escrit
2	A.C. Portatil 12.000 e 18.000BTU/
2	TV LCD 32"
1	TV LCD 37"
1	piso emborrachado especial/salão
1	piso paviflex (ginast.+spinning+mi
1	piso duraflor (mezzanino)
8	chuveiros eletricos c/pressuriz.
2	impressoras (01 multifuncional)

2	linhas telefonicas
1	exaustor axial 400mm. (Shaft/ban
7	exaustor eólico (6x600mm + 1x300
ergometria	
5	esteiras movement RT250 (2anos)
5	esteiras movement RT150 (2anos)
2	elipticos Movement (2 anos)
2	bike movement (2 anos)
musculação	
1	supino reto art.
1	supino inclinado art.
1	supino sentado art.
1	desenvolv. Art.
1	remada art.
1	abdominal
1	cadeira adutora
1	paralela ABD
1	cadeira abduutora
1	hiper-extensora
1	prancha inclinada
1	prancha reta
1	suporte de anilhas
2	torres 1 a 10 peso emborrachado
1	torres 1 a 10 peso cromado
2	espaldar
20	colchonetes person. + suporte (va embutido)
1	dvs. Tornoz. + suporte
1	bosu
2	medicine ball

2	K.ball (8 e 10 kg)
1	leg press horizontal
1	cadeira flexora
1	mesa flexora
1	panturrilha em pé
1	cad. Extensora (02)
1	flexora em pé (portico)
1	supino reto
1	suporte barra e anilhas
1	hock agachamento
2	suporte dumbells
1800	cj. (pares) Dumbells (12 a 60)
1	cross-over (novo)
1	desenvolvimento
1	supino inclinado
1	supino declinado
1	triceps paralelo
1	peck-deck
1	crucifixo
1	pulley artic.
1	graviton
1	pulley artic.
1	remada baixa
1	remada c/apoio
1	smith
1	agach. Hack (maq)
1	leg 45o.
1	cj barras e puxadores
2	bolas suíças + along.panturrilha.
anilhas/kg	
10	1 kg (10 anilhas)

40	2 kg (20 ani)
60	3 kg (20ani)
80	4 kg (20 ani)
220	5 kg (44 ani)
480	10 kg (48 ani)
520	20 kg (26 ani)
EndFragment	