

---

# Silna i kobieca

Data publikacji: 8.03.2012 8:00

Strefa Zdrowia powstała w 2010 roku, jej pomysłodawcą jest magister fizjoterapii instruktor form body & mind mgr Aleksandra Czubaj. Jest to miejsce szczególne pod każdym względem, dlatego że powstało z niesamowitej pasji jaką jest ruch i człowiek. Grupa rehabilitantów i instruktorów stworzyła niesamowitą placówkę, gdzie jest miejsce dla każdego, a w szczególności dla osób chcących poznać, czym jest współczesny trening mentalny, dobrze zaplanowana i prowadzona rehabilitacja oraz aktywność.

□

**Natasza Gorzołka: - Skąd pomysł na taki biznes?**

**Aleksandra Czubaj:** - To wielkie marzenie na stworzenie miejsca w Cieszynie przez ludzi z pasją, dla ludzi poszukujących takiej formy aktywności. Zlokalizowane w sercu miasta, ale z dala od codziennego zgiełku, miejsce przy ul. Korfantego 37, stało się spełnieniem oczekiwań wielu mieszkańców Cieszyna i okolicznych miejscowości.

**NG: - Czy Strefa Zdrowia to tylko biznes czy pewna filozofia życiowa?**

**ACZ:** - Strefa Zdrowia jest klubem, który podążając za światowym trendem promuje zdrowy i harmonijny tryb życia. Zdrowy sen, zdrowe odżywianie ... harmonia na każdej płaszczyźnie.

**NG: - Czy strefa jest również dla mężczyzn? Czy na zajęcia przychodzą również jacyś panowie?**

**ACZ:** - Placówka podzielona jest na kilka stref m.in. strefa jogi, strefa pilates, 9 miesięcy, strefa seniora, młodzieży, masażu i fizjoterapii. Dużym powodzeniem cieszy się również strefa mężczyzny - to zajęcia grupowe tylko dla panów, co na cieszyńskim rynku jest całkowitą nowością. Dopracowany trening cykliczny pomaga zadbać zarówno o zdrowie fizyczne, poprawę kondycji, ale również o dobre samopoczucie po ciężkim dniu pracy.

**NG: - Jakie są zalety Strefy Zdrowia w porównaniu z innymi podobnymi miejscami? Dlaczego warto właśnie do Was się udać?**

**ACZ:** - Niewątpliwie zaletą Strefy Zdrowia na tle konkurencji jest profesjonalna kadra oraz największy wybór zajęć dostępny dla klientów. W naszej ofercie oprócz zajęć grupowych znajdują się także, treningi indywidualne, masaże, konsultacje i porady specjalistyczne.

**NG: - Czy macie jakieś promocje, czy planujecie uruchomienie jakiś dodatkowych zajęć?**

**ACZ:** - Wraz z nadchodzącą i długo oczekiwaną wiosną Strefa Zdrowia przygotowuje wiele promocji, niespodzianek i zmian, szczególnie wkrótce na stronach [www.strefazdrowia.org.pl](http://www.strefazdrowia.org.pl) oraz na [Facebooku](https://www.facebook.com/strefazdrowia).

**NG: - A co kryje się pod hasłem silna i kobieca... ?**

**ACZ:** - Każda z Nas, czyli kobieta która poszukuje, która lubi to co robi, otwarta na nowe wyzwania, a proponowany w naszym klubie trening, gwarantuje jej poprawę sprawności fizycznej jak i psychicznej.

**NG: - A jacy są mężczyźni?**

**ACZ:** - Coraz bardziej świadomi i otwarci na zmiany...

**NG: - Dziękuję za rozmowę**

## **Strefa Zdrowia**

Ul. Korfantego 37

43-400 Cieszyn

tel.698560132

Mail: [strefa.cieszyn@gmail.com](mailto:strefa.cieszyn@gmail.com)

### **Uwaga Konkurs!**

Mamy dla was trzy wejściówki ufundowane przez Strefę Zdrowia na wybrane zajęcia w placówce. Żeby je zdobyć wystarczy odpowiedzieć na pytanie: Jaka jest Twoja ulubiona forma aktywności sportowej i dlaczego właśnie ona? Nagrodzimy trzy najciekawsze wypowiedzi. Konkurs trwa do 14.03.12.

(artykuł sponsorowany)