

Adana Baraj Yolu - 0322 227 24 24 | Adana Seyhan - 0 322 456 00 44 | Adana Turgut Özal - 0 322 234 10 40 | Adıyaman Barbaros Hayrettin - 0 416 213 12 00 | Ankara Ayrancı - 03124287637  
Ankara Bahkent - 0312 252 23 22 | Ankara Beşevler - 0312 212 02 32 | Ankara Birlik Mah. - 0312 496 47 45 | Ankara Cevizlidere - 0312 473 00 80 | Ankara Çukurambar - 0312 287 40 88 | An-  
kara Demetevler - 0312 335 33 32 | Ankara Dikmen - 0312 480 80 59 | Ankara Elvankeç - 0312 260 81 68 | Ankara Emek - 0312 222 18 22 | Ankara Eryaman - 0312 279 53 97 | Ankara Etik -  
0312 321 18 88 | Ankara Keçiören Asfaltı - 0312 380 00 54 | Ankara Kurtuluş - 0 312 430 50 70 | Ankara Sincan - 0312 268 40 68 | Ankara Subayevleri - 0312 318 05 10 | Ankara Vedat Dalokay-  
0312 999 46 54 | Ankara Yıldız - 0312 438 49 09 | Antalya Manavgat - 0242 742 40 00 | Antalya Perge - 0242 312 12 54 | Aydın Nazilli - 0 256 315 90 15 | Balıkesir Bahçelievler - 0266 408 24  
84 | Balıkesir Bandırma - 0266 715 23 48 | Balıkesir Paşaalı - 0266 246 41 90 | Bartın Merkez - 0378 227 02 20 | Batman Merkez - 0488 221 01 12 | Bingöl Kültür - 0426 215 05 04 | Bursa  
Fsm Bulvarı - 0224 242 88 00 | Bursa Karaman - 0224 249 06 14 | Bursa Konak Mahallesi - 0224 453 50 52 | Bursa Millet Mahallesi - 0224 9992324 | Bursa Özlüce - 0224 413 22 95 | Bursa  
Üceveler - 0224 327 33 34 | Bursa Yıldırım - 0224 369 08 31 | Çanakkale Barbaros - 0286 212 77 22 | Çanakkale Cevatpaşa - 0286 213 48 42 | Denizli Bereketler - 0258 377 4070 | Denizli Camlık -  
0258 213 21 90 | Denizli Kınıklı - 0258 213 00 89 | Diyarbakır Fırat Mahallesi - 0412 229 0157 | Diyarbakır Silvan Cami Mahallesi - 0412 711 43 43 | Diyarbakır 75 Yol - 0412 502 15 55 | Diyarbakır  
Bağcılar - 0412 502 66 06 | Diyarbakır Diclekent - 0412 257 56 94 | Diyarbakır Ofis - 0412 224 31 57 | Erzincan İnönü - 0446 224 54 34 | Eskişehir Alanönü - 0222 407 00 76 | Eskişehir Şair  
Fuzuli - 0222 220 94 94 | Gaziantep Atatürk Mah. - 0342 341 34 36 | Gaziantep Karatas - 0342 371 08 80 | Giresun Hacısıyam - 04542126012 | Gümüşhane Merkez - 0456 213 63 00 | Hatay  
Antakya - 0 26 215 58 37 | İstanbul 4.levent - 0212 269 48 06 | İstanbul Acıbadem - 0216 545 97 67 | İstanbul Altıntepe - 0216 518 34 35 | İstanbul Ataşehir Kamelya - 0216 455 80 68 | İstan-  
bul Ataşehir Türkhis Blokları - 0216 365 41 61 | İstanbul Avclar - 0212 695 18 70 | İstanbul Bahariye - 0216 405 25 39 | İstanbul Bahçelievler Yayla - 0212 806 03 89 | İstanbul Bakırköy Yenima-  
halle - 0212 542 97 38 | İstanbul Başakşehir 5.etap - 0212 488 49 19 | İstanbul Bayrampaşa Kartaltepe - 0212 615 15 30 | İstanbul Beşyüzeveler - 0212 649 33 11 | İstanbul Beylikdüzü Adnan Kah-  
veci - 0212 855 11 25 | İstanbul Burhanlı - 0216 523 21 26 | İstanbul Burhanlı Mahallesi - 0216 557 60 67 | İstanbul Caddebostan - 0216 565 94 55 | İstanbul Çhanger - 0 12 249 05 00 | İstan-  
bul Çapa - 0212 530 57 77 | İstanbul Çekmeköy - 0216 640 43 44 | İstanbul Çekmeköy Şahinbey - 0216 527 38 49 | İstanbul Çekmeköy Tasdelen - 0216 312 70 90 | İstanbul Erenköy - 0216 355  
78 43 | İstanbul Fatih Fevziya - 0212 532 33 13 | İstanbul Fulya - 0 212 212 35 66 | İstanbul Gaziosmanpaşa - 0212 497 02 34 | İstanbul Göztepe - 0216 566 24 25 | İstanbul Göztepe Merdiven-  
köy - 216 360 06 30 | İstanbul Gültepe Ortabayır - 0212 278 20 25 | İstanbul Halkalı Atakent 1 - 0212 495 00 56 | İstanbul İçerenköy - 0216 576 96 59 | İstanbul Kağıthane Hamidiye Mahallesi -  
0212 321 13 14 | İstanbul Kartal Cevizli - 0216 399 91 21 | İstanbul Kartal Kızılay - 0216 306 95 10 | İstanbul Kartal Kurfalı - 0216 309 29 33 | İstanbul Kavack - 0216 680 01 00 | İstanbul Kemerbur-  
gaz Göktürk - 0212 322 90 88 | İstanbul Kosuyolu - 0216 651 05 32 | İstanbul Kozyatağı - 0216 373 83 77 | İstanbul Kurtköy - 0216 321 44 44 | İstanbul Küçükbakkalköy - 0216 575 75 17 | İstan-  
bul Küçükcamlica - 0216 428 04 29 | İstanbul Maltepe - 0216 305 26 06 | İstanbul Mimaroba - 0212 863 63 31 | İstanbul Pendik - 0216 506 11 17 | İstanbul Sahrayıcedit - 0216 368 16 18 | İstanbul  
Sancaktepe - 0216 621 18 18 | İstanbul Sarıyer Ferahevler | 0212 223 64 44 | İstanbul Soyak Yenisehir - 0216 533 34 43 | İstanbul Sultangazi Sultan Çiftliği - 0212 668 2333 | İstanbul Tuzla - 0216  
446 66 62 | İstanbul Ümraniye Carsı - 0216 481 40 10 | İstanbul Ümraniye Elalmış - 0216 540 41 44 | İstanbul Ümraniye Esenevler - 0216 481 41 55 | İstanbul Alliağa - 0232 616 60 06 | İzmir Alsan-  
cak Cumhuriyet Meydanı - 0232 422 72 08 | İzmir Alsancak Şair Eşref Bulvarı - 0232 422 05 02 | İzmir Altındağ - 0232 469 03 03 | İzmir Atakent - 0232 362 63 01 | İzmir Bahçelievler Park -  
0232 262 44 45 | İzmir Balçova - 0232 279 11 15 | İzmir Bayraklı - 0232 348 40 58 | İzmir Bornova Büyükşehir - 0232 374 30 31 | İzmir Bornova Özkanlar - 0232 343 44 88 | İzmir Bornova Profes-  
örler Sitesi - 0232 375 66 36 | İzmir Bostanlı - 0232 337 23 25 | İzmir Buca - 0232 426 07 87 | İzmir Buca Koop - 0232 454 08 01 | İzmir Çiğli - 0232 329 09 07 | İzmir Evka 1 Üçkuyular - 0232  
420 2010 | İzmir Gazievler - 0232 220 37 37 | İzmir Güzelbahçe - 0232 234 05 75 | İzmir Hatay - 0232 244 43 42 | İzmir Karabağlar Yesilyurt - 0232 261 59 50 | İzmir Karşıyaka - 0232 364 17 54  
İzmir Karşıyaka Bahçelievler - 0232 366 59 49 | İzmir Kemalpaşa - 0232 878 67 65 | İzmir Menderes - 0232 782 33 35 | İzmir Mihhatpaşa Köprü - 0232 244 77 97 | İzmir Ödemiş - 0232 544 84  
25 | İzmir Örnekköy Karşıyaka - 0232 367 68 00 | İzmir Semaçikler - 0232 336 36 22 | İzmir Şirinyer - 0232 426 71 72 | İzmir Tire - 0232 511 13 31 | İzmir Torbalı Ayrancılar - 0232 854 70 06 | İzmir  
Urla - 0232 754 57 73 | İzmir Üçkuyular - 0232 248 43 18 | İzmir Üçyol - 0232 262 41 41 | İzmir Yamaçevler - 0232 370 44 64 | İzmir Yeni Gire - 0232 363 03 35 | İzmir Yesilova - 0232 486 18 96  
Kahramanmaraş Adliye Yolu - 0344 215 75 75 | Kocaeli Akarca - 0262 319 10 89 | Kocaeli Başiskele - 0262 346 84 00 | Kocaeli Değirmendere - 0262 426 62 33 | Kocaeli Derince - 0262 239 75  
71 | Kocaeli Gölcük - 0262 426 85 70 | Kocaeli Kartepe - 0262 373 22 77 | Kocaeli Yürüyüşyolu - 0262 332 53 67 | Konya Beşehir - 0332 512 42 40 | Konya Ereğli - 0332 710 07 05 | Konya Me-  
ram - 0332 324 17 17 | Konya Nalçacı - 0332 236 67 00 | Konya Şefikcan - 0332 321 92 92 | Malatya Fahriyayhan Bulvarı - 0422 290 43 43 | Malatya Vali Konağı - 0422 326 10 10 | Manisa Salihi  
Yörük Mahallesi - 0236 714 32 32 | Manisa Turgutlu - 0236 314 11 12 | Mardin Artuklu - 0482 999 18 00 | Mardin Nusaybin Kışla Mahallesi - 0482 415 35 35 | Mersin Çiftlikköy - 0324 361 07 97 |  
Muğla Bodrum Konaklı - 0252 363 75 33 | Muğla Bodrum Turgutreis - 0252 382 22 88 | Muğla Bodrum Yalıkavak - 0252 393 62 06 | Muğla Marmaris - 0252 419 04 83 | Muş Merkez - 0436 212  
62 62 | Niğde Asağı Kayabaşı - 0555 888 11 51 | Niğde Esenbey - 0388 233 40 47 | Ordu Akyazı - 0452 233 80 80 | Ordu Şahinçilli - 0452 233 88 88 | Samsun Atakum - 0362 400 41 20 | Samsun  
Duruşehir - 0362 236 91 44 | Samsun Ellialtıllar - 0362 234 99 93 | Sivas Eğri Köprü - 0346 215 05 50 | Sivas İstasyon Caddesi - 0346 225 21 02 | Şırnak Cizre Şah Mahallesi - 0505 045 13 93 |  
Şırnak Yenimahalle - 0486 216 26 27 | Tokat Karşıyaka - 0356 229 07 77 | Trabzon Gazipaşa - 0462 323 25 45 | Trabzon Yeşiltepe - 0850 207 26 50 | Urfa Birecik Mezra Mahallesi - 0414 652 12  
41 | Urfa Esentepe - 0414 315 81 91 | Urfa Karaköprü - 0414 347 06 47 | Van Kültür - 0432 214 44 55 | Yalova İstanbul Cad. - 0226 814 11 88 | Yozgat Sakarya Caddesi - 0354 212 66 34 | Zonguldak  
Bahçelievler - 0372 257 50 09

Genel Merkez : 0216 700 22 17

b-fit.com.tr

f Instagram Twitter bfitkadini



KADINLARIN SPOR VE YAŞAM MERKEZİ



# KADININ GÜCÜNÜN FARKINDAYIZ!

Türkiye'nin spor sektöründeki 1. franchise firması olan b-fit, 11 yıldır 250'den fazla kadına girişimci olma imkanı sağladı.

**Siz de onlardan biri olabilirsiniz!**



KADINLARIN SPOR VE YAŞAM MERKEZİ

# NEDEN SİZİN DE b-fit MERKEZİNİZ OLMASIN?

b-fit her yaş ve gelir seviyesinden kadına spor yaptırma alışkanlığı kazandırarak zihinsel, bedensel, sosyal ve ekonomik gücünü arttırmaya hizmet eden, kadınlara yönelik spor ve yaşam merkezi zinciridir.

## b-fit Franchise Sistemi Nedir?

b-fit kadın girişimciliğini destekleyip, yeni iş kurmalarına imkan sağlamaktadır. Kadınların kendi yaşamları ve çevreleriyle ilgili farkındalıklarının ve yaşam kalitelerinin artmasına hizmet etmektedir.

## Kimler Olabilir?

Franchise alan kişilerde aradığımız en büyük özellik, koşulsuz güler yüzlü, soruna değil çözüme odaklı, pozitif yaklaşıma sahip kadınlar olmasıdır.

## Genel Merkez Desteği

Başvurunuzun onaylanması sonrasında merkez kontratı yapılarak çalışmalarımızı başlatacağız. Bizler yer bulunması, dekorasyon, açılış öncesi tüm hazırlıklarda ve merkezinizi açtığınız ilk günlerde sizinle birlikte çalışıyor olacağız. Antrenör işe alımınız için de şirket kaynaklarımızdan size adayları yönlendirerek destekleyecek, sizi ve tüm ekibinizin eğitimlerini tamamlayarak sizi tam donanımla olarak açılışa hazır hale getireceğiz.

- Yer bulma
- Dekorasyon desteği
- Eleman seçimi ve eğitimi
- Temel ve uygulamalı eğitim
- Uygulamalı oryantasyon eğitimi
- PR çalışmaları
- İşletme el kitabı
- Bölge koruma
- Ar-Ge
- Açılış destek
- Stand çalışması
- Açılış günü
- Açılış sonrası ilk pazarlama
- Operasyon sorumlusu
- Sürekli eğitim, denetim ve coaching
- Pazarlama desteği
- Bilgisayar programı

b-fitler aynı zamanda kadınların ihtiyaçlarına uygun 'kaliteli serbest yaşam alanları' sunar.



## NEDEN SADECE KADINLAR?

b-fit; kadın girişimciliğini desteklemek ve kadınlara istihdam yaratmak yoluyla kadının ekonomik ve sosyal hayattaki gücünü artırmayı hedeflediği için sadece kadın girişimcilere franchising veriyor.

## b-fit ÜYELERE NE SAĞLAMAKTADIR?

Üyelerinin talepleri doğrultusunda, her merkez, beslenme, kalp sağlığı, sağlıklı ve stressiz yaşam gibi konular çerçevesinde uzman konukları misafir ederler. Sağlıklı ve sportif bir yaşamı alışkanlık haline getiren b-fit kadınları, sosyal ve kültürel pek çok etkinlikte bir araya gelirler.

b-fit merkezleri uyguladıkları özel spor sistemini, üyelerine özel diyetisyen takibiyle desteklerler.

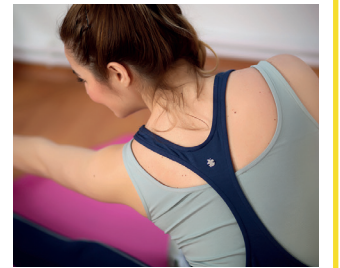
Üyeler, her b-fit merkezinde bulunan ve %100 doğal ürünlerin bulunduğu şık b-fit kafelerde, arkadaşlarıyla keyifli zaman geçirip dinlenebilir.

## SEANSLARIMIZ

Fit Popo Fit Karın, Magic Ball, Oryantal, B-bar, Pilates, Zumba, b-fitler aynı zamanda kadınların ihtiyaçlarına uygun 'kaliteli serbest yaşam alanları' sunar.

- Fazla Kilo, Obezite
  - Kolesterol
  - Yüksek Şeker
  - Tansiyon
  - Uykusuzluk
  - Yorgunluk
- Sırt, bel ağrıları ve postür bozukluğuna bağlı diğer ağrılar
  - Osteoporoz
- Koroner kalp hastalıkları
- Menapoz dönemine bağlı şikayetler
  - Depresyon

Bu gibi problemlerin, hastalıkların önlenmesinde ve tedavisinde b-fit egzersiz programı etkili (terapötik) iyileştirici egzersizler grubuna girmektedir.



# NEDEN 30 DAKİKA?



## **b-fit SPOR PROGRAMI KADINLARA NE GİBİ AVANTAJ SAĞLAR?**

Tüm dünyada uygulanan bu sistemin 30 dakikada vücudun ihtiyacı olan günlük sporu yaptırdığı kanıtlanmıştır.

## **HERKESİN KENDİNE AYIRACAĞI 30 DAKİKA VARDIR!**

Bu 30 dakika, sağlıklı bir yaşam için gereken dayanıklılık, kardiyo ve esneklik çalışmalarını içerir. Bu program benzerleri arasında en çok kalori yakandır ve hızlı sonuç verir.

## **HAFTADA KAÇ GÜN AYIRMALIYIM?**

Sadece 30 dakikanızı alacak. b-fit özel programından sonuç alabilmek ve incelmek için haftada en az 3 gün b-fit spor programına katılmak gerekir. İsteyenler haftada 6 gün devam edebilirler. Hem de hiç bir ek ücret ödmeden.

## **GRUP ÇALIŞMASI ZORUNLU MUDUR?**

Hayır, ancak grup çalışması teşvik ve motivasyonu artırarak sporu daha eğlenceli kılar.

# NEDEN EKONOMİK?

Çünkü spor bir lüks değildir.

b-fit merkezlerindeki alet ve cihazlar Türkiye'de üretilmiştir ve aracı yoktur. Aletlerimiz işlevselliği ile ön plana çıkar. b-fit spor programı için büyük ve gösterişli olanlara ihtiyaç yoktur. İşte bu nedenlerle, yıllık üyelik halinde b-fit kadınlara avantajlı bir üyelik ücreti sunar.

b-fit merkezlerinde öğrenciler, öğretmenler, 65 yaş üstü yaşlılar ve gruplara özel indirimler de uygulanmaktadır.

# ONLAR İNANDI VE BAŞARDI! Şimdi sıra sizde!

b-fit, Türkiye'nin ilk ve en yaygın kadınlara özel spor ve yaşam merkezi markasıdır ve bugün tüm Türkiye'de 51 ilde 200 merkezi ile 515.000 kadına hizmet vermektedir.



**Mehtap YAKUT**  
*Diyarbakır Diclekent,  
Diyarbakır Ofis  
b-fit Hissedarı*

İzmir'de öğrenciyken b-fit ile tanıştım. Kim bilebilirdi ki, sonraki 7 yıl b-fit'in hayatımı değiştireceğini. Diyarbakır'da kadın girişimci olmak çok zor. Ama çok çalıştım ve başardım. Artık bir değil iki b-fit'im var. Kadınların sağlıklarına kavuşmalarına aracı olmak, hayatlarının değiştiğini görmek, özgüvenlerinin arttığına şahit olmak bu işin en güzel tarafı.



**Nevin BEYDOĞAN**  
*Denizli Çamlık  
b-fit Hissedarı*

İnsan ancak çok severek yaptığı işte başarıyı yakalayabilir. Yaptığımız iş, değerleriniz ile örtüşürse mutlu olursunuz. Bunu düşünürken karşıma b-fit çıktı. Daha önceki iş deneyimlerimi ve b-fit'in güçlü franchise sistemini birleştirerek, her yaş ve her gelir seviyesinden kadınların spor yapmasına aracı oluyorum. Kadınların yaşam kalitelerini arttırabildiğim için mutluyum.



**Gamze GÜNAYDIN**  
*Sivas İstasyon Caddesi  
b-fit Hissedarı*

2011'de hayatıma renk katan, güçlü bir marka olan b-fit çatısında bir avuç kadınla başladığım bu işte, stadyumu dolduracak kadar kadınla tanışmak, onların yüreklerine dokunmak, hayatımda biriktireceğim en değerli hazine. Kadınların mutluluğu için çalışıyorum, dünyada yapılabilecek en güzel işi yapıyorum. Sivas kadınlarının hayatına sporu kattığım için mutlu ve gururluyum.