

TYTUŁ: Zajęcia brzuch i stretch**CENA: DO UZGODNIENIA**PARAMETRY: **Nowy**

DANE KONTAKTOWE:

Sprzedający: **Zdrofit** (: Krys :)

Adres:

Miasto: **Warszawa**Województwo: **mazowieckie**

Telefon:

OPIS:

Zajęcia brzuch i stretch są kluczem do ładnej sylwetki i zdrowych pleców. Treningi obejmują zestaw ćwiczeń rozciągających, modelujących i relaksujących. Każde zajęcia rozpoczynają się krótką rozgrzewką, a kończą się ćwiczeniami rozciągającymi i relaksującymi.

W efekcie zajęć brzuch i stretch można spodziewać się wysmuklonej sylwetki, co jest szczególnie wartościowe dla pań, ale tak naprawdę te treningi są dedykowane wszystkim. Mocniejsze mięśnie brzucha to nie tylko podkreślona talia, ale również zdrowsze plecy i gwarancja poprawnie wykonywanych ćwiczeń na siłowni, dlatego treningi będą wartościowe zarówno dla rozpoczynających treningi, jak i dla trenujących regularnie. Dodatkowo można liczyć na redukcję stresu i napięć w organizmie.

Harmonogram zajęć i zapisy są dostępne online.

