

TYTUŁ: Deepwork zajęcia

CENA: DO UZGODNIENIA

PARAMETRY:

DANE KONTAKTOWE:

Sprzedający: **Zdrofit** (.: Zdrofit .:)

Adres:

Miasto: **Warszawa**

Województwo: **mazowieckie**

Telefon:

OPIS:

Szukasz ciekawych zajęć? Świetnie się składa! Zdrofit to szersze spojrzenie na fitness! W swojej ofercie ma Deepwork zajęcia, które łączą w sobie cardio, jogę i techniki oddychania. Zajęcia obejmują ćwiczenia koordynacyjne, relaksacyjne i wytrzymałościowe. Trening przeznaczony jest dla wszystkich, bez względu na płeć, czy doświadczenie w sporcie. Idealnie nadadzą się dla osób, które pragną szybko zrzucić kalorie, wyrzeźbić sylwetkę, poprawić sprawność i wytrzymałość fizyczną. Deepwork zajęcia to nie tylko ćwiczenia, ale również integralność formy i wewnętrzna harmonia. Trening trwa 60 min i obejmuje dwie fazy. Pierwsza polega na wykonywaniu ćwiczeń w bardzo szybkim tempie, natomiast druga obejmuje ćwiczenia regulujące oddech i wyciszające ciało. Sprawdź ofertę i zapisz się na zajęcia już dziś!

