

Женский фитнес, центр Smartik



Харків, Україна

Наверное, каждая женщина мечтает сохранять отличную физическую форму и при этом оставаться здоровой и в хорошем настроении. Каждый день она ищет ответы на вопросы: как похудеть? как сохранить здоровье и молодость? как полюбить себя?

Фитнес стал образом жизни, ведущим к физическому и ментальному здоровью человека. Фитнес включает в себя и занятия в тренажерном зале, и аэробику, и правильное питание – одним словом, фитнес – это образ жизни, который принято называть «здоровым». Благодаря нашим занятиям у Вас появится ощущение легкости тела.

Наша программа включает в себя:

- физический фитнес;
- оздоровительный фитнес;
- спортивно-ориентированный или двигательный фитнес;
- FITNESS MIX;
- FITBALL

Оздоровительный фитнес включает в себя совокупность мероприятий, обеспечивающих разностороннее физическое развитие человека, улучшение и формирование его здоровья.

Спортивно-ориентированный фитнес направлен на развитие способностей к решению двигательных и спортивных задач на достаточно высоком уровне.

FITNESS MIX – это синтез различных видов фитнеса, благодаря которому каждая новая тренировка включает в себя работу над разными группами мышц, тело становится сильным и гармонично развитым.

Занятия на фитболе сочетают аэробную и силовую нагрузку, проходя при этом в щадящем режиме.

Дорогие девушки, все наши занятия разработаны специально для Вас. Тренировочный процесс очень увлекателен, а эффект от регулярных занятий не заставит долго ждать. Ждем Вас в нашем центре «Smartik».

Price: Договірна

Тип оголошення:
Послуги, пропоную

Торг: --

Ярош Катерина

0983554140

**ул. Харьковская набережная
4/5а**