

Body Sculpt (силовая аэробика)



Минск, Беларусь

Студия красоты и здоровья

Ш и ф а л и

ПРОВОДИТ НАБОР В ГРУППУ

BODY SCULPT (силовая аэробика)

Занятия по системе Body Sculpt проходят в аэробном режиме. Но в отличие от других видов фитнеса во время занятий силовой аэробикой нагружается как нижняя, так и верхняя часть тела. Благодаря применению отягощений происходит укрепление мышц рук и груди, Power Ring помогает как следует проработать спину и ягодицы. Оптимальное соотношение силовой и аэробной нагрузок придаст Вашему телу подтянутость, улучшит осанку, сократит толщину жировой прослойки, разовьёт пластику и грациозность

Body Sculpt – это не только красивое стройное тело и крепкие мышцы, применение силовых тренировок в сочетании с аэробными укрепляет сердечно - сосудистую систему, повышает иммунитет и улучшает настроение.

Цель тренировок направлена на развитие силовой выносливости клиента .

Вторник - 19:00;

Четверг - 20:00.

МЕСТО РАСПОЛОЖЕНИЕ :

- г.Минск

- 500 м. от ст.м.Немиг

- ост.Театр оперы и балета

- ул.Богдановича 8

КОНТАКТЫ :

Ваш инструктор Юлия

МТС : 375297248453

VELCOM : 37544741568

МЫ ЖДЕМ ВАС :)

Цена: **30 \$**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Козека Юлия

+ 375 29 724 84 53