

Аэробные тренировки в «СФЕРЕ ФИТНЕС» - бодрые и красивые ВЫ!



Санкт-Петербург, Россия

Регулярные аэробные тренировки в «СФЕРЕ ФИТНЕС» - это всегда заряд бодрости, настроение на взлет, а главное, потрясающие перемены в вашем теле! Верный способ уменьшить свой биологический возраст, оздоровить сердечно-сосудистую и дыхательную системы, сбросить лишний вес – все это достижимо с помощью занятий Step, Low и других систем упражнений. Опытные инструкторы нашего фитнес-клуба Петербурга позаботятся о том, чтобы аэробные нагрузки принесли вам максимум пользы и удовольствия!

Аэробные виды фитнеса подходят всем – и мужчинам, и женщинам любого возраста и физической подготовки. Вы можете выбирать уровень интенсивности. В «СФЕРЕ ФИТНЕС», например, в расписании есть 3 урока степа – Step 0, Step 1, Step 2. Выбирая нулевой уровень новичка, вы постепенно увеличиваете нагрузку. Таким образом, сердце тренируется без перенапряжения, что снижает риск проблем со здоровьем. Вы выполняете посильный комплекс упражнений под присмотром инструктора.

Клиенты фитнес-клуба в Московском районе «СФЕРА ФИТНЕС» отмечают позитивные перемены уже через 2-3 недели занятий. Внешний вид улучшается, человек становится более энергичным и жизнерадостным, исчезают признаки стресса и депрессии, нормализуется сон.

Присоединяйтесь к клиентам «СФЕРЫ ФИТНЕС» - будьте здоровыми и красивыми! Мы всегда рады новым членам клуба! Все подробности по телефону: +7 (812) 740-38-14.

Цена: Договорная

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Иванова Жанна

Александровна

пл. Чернышевского, дом 11 А