

## Корейская гимнастика данхак в фитнес-клубе «СФЕРА ФИТНЕС»

Санкт-Петербург, Россия

В расписании фитнес-клуба Санкт-Петербурга «СФЕРА ФИТНЕС» появился новый авторский урок – меридианная гимнастика данхак. Оздоровительный комплекс упражнений разработан более 30 лет назад корейскими медиками на основе древних дисциплин. Сегодня данхак успешно практикуют не только на Востоке, но и на Западе.

«СФЕРА ФИТНЕС» – один из немногих фитнес-клубов в Петербурге, где можно заниматься корейской гимнастикой вместе с опытным инструктором. Самостоятельно обучиться правильному выполнению дыхательных, медитативных и гимнастических упражнений довольно сложно.

Данхак – уникальная техника, которая помогает вернуть жизненную силу, избавиться от последствий стресса, улучшить память и концентрацию. Занимаясь корейской меридианной гимнастикой, вы очень скоро заметите, что стали спокойнее и увереннее в себе. Организм очистится от токсинов, нормализуется кровообращение и пищеварение, выпрямится позвоночник.

Подробнее узнать об авторских уроках данхак, а также о возможностях оформления членства в фитнес-клубе «СФЕРА ФИТНЕС» можно в отделе продаж или по телефону: +7 (812) 740-38-14.

---

Цена: Договорная

Тип объявления:  
Услуги, предлагаю

Торг: --

**Иванова Жанна**

**Александровна**

**пл. Чернышевского, дом 11 А**