Bump теперь фитнес клуб!

Представляем нашу новую фитнес программу! Впервые в Спб!



Уникальные комплексы фитнес упражнений на мини-батутах невероятно эффективны! Сочетание кардио и силовой нагрузки с упражнениями на баланс и растяжку способствуют формированию стройной фигуры и сжиганию лишних калорий.

Батут амортизирует, как бы создавая выталкивающий эффект воды. Именно эта особенность снимает лишнюю нагрузку с суставов и поясницы.



Что еще?

- Увлекательно, безопасно и доступно, программы для любого возраста.
- Улучшает работу сердечно-сосудистой и лимфатической систем.
- Увеличивает жизненный объем легких, улучшает транспорт кислорода в ткани.
- Сжигает жиры, способствует похудению.
- Улучшает мышечный тонус, укрепляет все группы мышц.
- Развивает координацию и стимулирует работу вестибулярного аппарата.

Расписание группы "Фитнес на мини-батутах": понедельник, вторник, среда, четверг, пятница с 19:00!

Смотрите новое фитнес-видео и приходите!=)