

АНТИСТРЕСС тренинг Натальи Смирновой Москва

Київ, Україна

Уникальная программа развития психо-физических способностей, специально разработанная для борьбы с повседневными стрессами.

Новый подход с позиции антистресс-терапии к упражнениям из Йоги, Пилатеса и Суставной гимнастики сделает не только гибким и подвижным ваше тело и устранил мышечные зажимы, но и позволит быстро и легко восстановить душевное равновесие. Активные медитации и аутотренинг помогут успокоить разум, научат останавливать непрерывный бег мыслей. Ароматерапия и расслабляющая музыка создадут ощущение комфорта и покоя.

Семинар рекомендован:

- преподавателям фитнес-центров (специальная методика ведения данной программы поможет привлечь новых клиентов)
- всем, кто хочет научиться легко и быстро справляться со стрессом

3-4января 2011 программа антистресс, 5-6-7января функциональная тренировка, 8-9-10января степ профи

м. Контрактовая , клуб Фитнес-лига, 0503307885

Price: **2 500 грн.**

Тип оголошення:
Послуги, пропоную

Торг: --

Наташа Наташа

0503307885