

## Стрейчинг Аэробика Киев Центр



Київ, Україна

Стретчинг - это комплекс упражнений, предназначенный для того, чтобы ваши мышцы были эластичными, а суставы гибкими и подвижными. Иногда стретчинг еще называют стрейчинг или стречинг, но это неправильно. Специалисты считают, что у стретчинга есть много плюсов:

- Благодаря растяжению мышц к ним поступает больше крови, они расслабляются и становятся более эластичными.
- Суставы приобретают большую подвижность, в результате чего увеличивается гибкость.
- Лучшая профилактика против отложения солей.
- Сосредоточенное, глубокое дыхание благотворно влияет на головной мозг, особенно после трудового дня.
- Возможность заниматься дома самостоятельно, в удобное для каждого время.

Направления так же:

- \* Pole dance
- \* Booty shake
- \* Пилатес
- \* Strip-dance
- \* Приватный танец
- \* Hip-hop
- \* Детская гимнастика
- \* Jazz Funk(R`n`B)
- \* Raeggeton
- \* Pj-dance(go go)
- \* Contemporary
- \* Latina
- \* Аргентинское танго
- \* Стрейчинг
- \* Аэробика
- \* Йога
- \* Восточные танцы
- \* Дэнс-микс
- \* Тектоник (elektrodance)

Контактный тел

(099)5325298

(093)1596918

(097)9291207

Подробнее <http://vkontakte.ru/club19647467>

<http://www.figaro-sisters.com>

---

Price: Договірна

Тип оголошення:  
Послуги, пропоную

Торг: --

**Руслановна Алена**

**099-5325298**

**Богомольца,5 м.Кловская**