

Аквааэробика

Київ, Україна

ВСТРЕЧАЙ ВЕСНУ ВМЕСТЕ С НАМИ!!!

ЦЕНТР ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ приглашает на занятия по аквааэробике.

Аквааэробика - укрепляет тело, улучшает гибкость, растягивает мышцы и связки, сжигает лишние калории. Занятия аквааэробикой позволяют получить не только огромную пользу, но и море удовольствия. Выбрав аквааэробика, вы делаете шаг к хорошему здоровью, прекрасной фигуре и молодости тела. Аквааэробика – отличная альтернатива "сухопутной" аэробике. К вышеперечисленным достоинствам аквааэробики хотелось бы добавить: • травмобезопасность занятий в воде; • отсутствие излишней нагрузки на суставы и связки; • усиление эффекта от занятий за счет преодоления дополнительного сопротивления; • массажный и лимфодренажный эффект, сопровождающий занятия аквааэробикой.

Аквааэробика - это одна из разновидностей аэробики, тренировки которой проходят в бассейне. На сегодняшний момент это самое эффективное средство для тех, кто хочет восстановить здоровье, похудеть и поддерживать себя в тонусе. Расписание занятий: АКВААЭРОБИКА ул. Закревского, 67а ПН., СР., ПТ. – 9.00; ВТ, ЧТ - 20, 00 ул. Лесковская, 4-6 : ПН, СР, ПТ 19, 00 СБ - 10, 00

Price: **400 грн.**

Тип оголошення:
Послуги, пропонує

Торг: неуместеннеуместен

Елена Елена

093 1448406

ул.Закревского, 67-а