

## Самооборона для женщин



Київ, Україна

Тренінки з метою навчитися прийомам самооборони і не тільки.

<http://www.fightsystem.com.ua/index.php/ru/napravleniya/gest>

Секрет популярності програми, пропоєваної виключно для жінок і дівчаток, складається з багатьох факторів:

- духовність (ведь практика боевых искусств – это, прежде всего, тренировка сознания)
- сильнейший оздоровительный эффект
- наука самообороны.

Эффективная динамическая нагрузка на все группы мышц сочетает элементы фитнеса и ударной боевой техники. Это позволяет корректировать фигуру, приобретая навыки, которые так необходимы современному «слабому» полу – женщинам. Возрастные ограничения отсутствуют. Тренінки проходять два (при желанії три) раз в неделю в послеобеденное время.

Первая тренировка бонусная!

Существует система скидок\*

Место проведения: Зал бокса, стадион «Спартак»

Запись: 096 511-30-63

---

Price: **150 \$**

Тип оголошення:  
Послуги, пропонує

Торг: доречний

**Гаврилюк Александр**

**096 5113063**

**ул. Фрунзе, 105, Зал бокса,  
стадион "Спартак"**