

Posjetite otvorene dane fitnessa!

Potpuno besplatno možete vježbati, poslušati zanimljive savjete i dobro se zabaviti. Kolumnistica portala Femina.hr, Martina Mavrin Jeličić, ujedno vodi zanimljivu radionicu o poboljšanju posture tijela, ubrzanju metabolizma, smanjenju celulita... Idealni savjeti prije skidanja u lagane haljinice

BODY BALANCE RADIONICA -ocijenite svoju posturu tijela i upoznajte osnovne principe posturalnog treninga. Naučite kako ubrzati svoj metabolizam, potaknuti iskorištavanje masnoća iz tijela te smanjiti naslage celulita. Naučite kako pravilnim disanjem poboljšati svoje cjelokupno zdravlje. Predavač Martina Mavrin Jeličić, magistra kineziologije

ANA'S SENSUAL FITNESS -što je to Ana's Sensual fitness? Koja je razlika između Ana's Sensual fitness-a i ostalih „Pole dance“ treninga? Na sve to, i mnogo više odgovoriti će vam Ana Kuhanec Brašnović, prva i jedina instruktorka s certifikatom škole Sheile Kelly „S factor“.

Čekaju vas još i sljedeće radionice: Life coaching - „Projekt SRETNA“ - za mame i bebe; seminar za trudnice - jazz fusion; body workout i zumba fitness

Prijaviti se možete na brojeve telefona: 01 5587 427; 091 5897 1322; 098 424 944

Subota, 9.4.2011., u prostorijama Ana's Sensual Fitnessa, od 10-19h, Oranice 48