

аэробика, шейпинг. тел 970025

Оренбург, Россия

Приглашаем всех желающих на занятия аэробикой, шейпингом.

Упражнения, выполняемые в процессе тренировки развивают мышцы пресса, ягодичные мышцы, подтягиваются мышцы бедер, улучшается осанка, укрепляется грудная клетка. Так же в комплекс упражнений входит растяжка и специальные дыхательные упражнения, улучшающие работу легких, повышающие работоспособность и ускоряющие метаболизм. Этот комплекс ритмичных упражнений, укрепляет мышечный корсет, развивает гибкость, осанку и чувство равновесия.

Если вы решили заняться своим здоровьем, быстро сбросить лишний вес, ваш выбор – аэробика. Недорого (12 занятий - 1200 рублей) можно привести свое тело в порядок и улучшить самочувствие. Занятия проводятся в ДК Молодежный (вход с торца) пр.Дзержинского 10

Обращаться по телефону 97-00-25

Цена: **1 200 руб.**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: неуместен

Карташев Александр

468606

ул. Восточная 31