

# SAMBO COMBAT A MILANO



Luogo

Lombardia, Milano

<https://www.annunci.it/x-174319-z>



Per l'anno Accademico Sportivo 2022/2023 proponiamo un corso di SAMBO COMBAT e LOTTA CORPO A CORPO molto particolare. Un corso che avrà luogo di mattina presto. Con un orario quasi SPARTANO, dalle 06. 07.30 .

Praticando lo sport, aumentiamo l'attività respiratoria e vascolare (il sangue scorre meglio e porta più ossigeno al corpo), aumentando così la produzione di endorfine, sostanze chimiche prodotte dal nostro corpo (riconosciuti anche come gli ormoni della felicità) che ci danno una sensazione di energia e benessere; oltre alla sensazione effettiva di piacere, le endorfine infatti aiutano a controllare l'appetito ed hanno potere analgesico. E se il mattino inizia con le endorfine in corpo grazie allo sport, la giornata non può che continuare con una carica che si protrarrà fino a sera! Chiudi

SAMBO COMBAT A MILANO

<https://www.annunci.it/x-174319-z>

SAMBO COMBAT A MILANO

<https://www.annunci.it/x-174319-z>