

# Personal Training onlinedomicilio



Luogo **Lazio, Roma**  
<https://www.annunci.it/x-442322-z>

Sono Roberta, personal trainer certificata ASI, laureata in scienze della nutrizione umana e appassionata di benessere e fitness. La mia passione è aiutare le persone a raggiungere i loro obiettivi di salute. La tua soddisfazione è la mia priorità!

???? Cosa Offro:

Allenamento Funzionale: Con un approccio dinamico e coinvolgente, ti guiderò attraverso sessioni di allenamento funzionale che utilizzano piccoli attrezzi per migliorare la forza, la flessibilità e la resistenza.

Pilates e Yoga: Amo integrare esercizi di pilates e yoga nelle mie lezioni, per favorire il rafforzamento del core, migliorare la postura e aumentare la consapevolezza del corpo.

???? Obiettivi:

Perdere peso  
Tonificare e rafforzare il corpo  
Migliorare la flessibilità  
Aumentare l'energia e il benessere generale

???? Orari Flessibili:

Le lezioni possono essere programmate in base al tuo orario. Posso adattarmi alle tue esigenze e al tuo

<b>Personal Training onlinedomicilio</b> <a href="https://www.annunci.it/x-442322-z">https://www.annunci.it/x-442322-z</a>											
<b>Personal Training onlinedomicilio</b> <a href="https://www.annunci.it/x-442322-z">https://www.annunci.it/x-442322-z</a>											
<b>Personal Training onlinedomicilio</b> <a href="https://www.annunci.it/x-442322-z">https://www.annunci.it/x-442322-z</a>											
<b>Personal Training onlinedomicilio</b> <a href="https://www.annunci.it/x-442322-z">https://www.annunci.it/x-442322-z</a>											

**Personal Training onlinedomicilio**  
<https://www.annunci.it/x-442322-z>

**Personal Training onlinedomicilio**  
<https://www.annunci.it/x-442322-z>