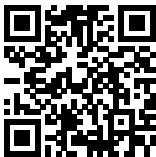


Personal Training onlinedomicilio



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

ritmo di vita!
Il servizio viene fornito online tramite videoconferenza. In alternativa, se preferisci, sono disponibili anche sessioni a domicilio, a seconda delle esigenze personali.

???? Contattaci Or:

Inviaci un messaggio per richiedere info e pianificare insieme il tuo piano di allenamento! Chiudi

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