

# Personal Trainer Fitness



Luogo

Campania, Napoli

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Per Dimagrire, tornare in forma, salvaguardare la propria salute, abbassare la pressione, sturare le arterie oppure preparazione atletica per concorsi. Personal Trainer ti allena in proprie palestre zona Vomero o Fuorigrotta o presso il tuo domicilio. Allenamenti mirati per ridurre lo stress, il grasso e il colesterolo. Allenarsi regolarmente è il modo più sicuro per vivere a lungo e in buona salute fisica e mentale. Niente diete abbinate, verrà richiesto solo una alimentazione che non abusi di nessun alimento. Il sistema di allenamento usato per i corpi militari mira ad ottenere risultati velocemente. Niente pesi o attrezzature solo il peso del proprio corpo.

Il trainer è aperto a tutti uomini, donne e ragazzi. La sessione di allenamento dura complessivamente un ora divisa in 10 minuti riscaldamento, 45 minuti allenamento (sistema tabata) e stretching finale.

Costo € 35/ora presso il proprio domicilio, 45€ ora presso palestra.

Per prenotazioni/info 391 33 / Chiudi



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>



Personal Trainer Fitness

<https://www.annunci.it/x-445396-z>