



CALLANETICS

Speciális torna a test mély izmainak megerősítésére, a test formálására. Az egyik leghatékonyabb ízületekímélő tartás javító és alakformáló torna. Megszünteti a csípő, a derék, a hát tartáshibákból eredő fájdalmait, formálja a karokat, a combokat, a hasat, a feneket. Hatásai gyorsan érződnek és szemmel is hamar láthatóak.

A foglalkozások csütörtökön este 20:00 órától vannak, bárki bármikor csatlakozhat, gyakorlottságtól függetlenül.

