



Adres Józefa Czyżewskiego 5 lok. 3
81-706 Sopot
pomorskie

Telefon kontaktowy 509 910 102

Telefon komórkowy Nie podano

FAX Nie podano

Email smartgym@brproklient.pl

Opisy Trening z trenerem personalnym da Ci więcej niż trenowanie na własną rękę. Trening personalny to całkiem nowa jakość aktywności fizycznej – to metody i narzędzia dostosowane bezpośrednio do Twoich potrzeb. Dzięki treningowi personalnemu poznasz dokładnie swoje ciało – jego mocne i słabe strony, a także szybciej osiągniesz spodziewane efekty. Redukcja masy ciała, większa wytrzymałość i sprężystość to tylko niektóre z zalet oferowanego przez nas treningu. Jedną z najważniejszych jest znaczne polepszenie jakości życia. Trening personalny sprawia, że czujesz się lepiej, a Twoja samoocena rośnie.