

FUTURE ACADEMY

PANCIA PIATTA IN 3 MESI



Future Academy





Con questo
CORSO

DESCRIZIONE

Avere la pancia piatta è il sogno di tutte le donne, ma spesso ci si ritrova con l'addome appesantito oppure gonfio e non si riesce a porre rimedio a questo inestetismo. A volte, neppure le diete drastiche funzionano e si rischia, al contrario, di ritrovarsi magre ma con il ventre a palloncino. La fermentazione, i cibi lievitati, le bevande gassate, la stitichezza e lo stress possono rendere la vostra pancia gonfia e dura. Questo percorso di allenamento è pensato proprio per risolvere questo inestetismo, sessioni studiate per lavorare sulla zona addominale, per ridurre il girovita e perdere qualche taglia.

OBIETTIVI

L'obiettivo di questo video corso è migliorare lo stato di forma fisica e psicologica dell'allieva attraverso sessioni di allenamento che propongono esercizi mirati a difficoltà crescente, che hanno lo scopo di snellire la zona addominale e ridurre il girovita.



Sessioni di Allenamento disponibili h24 per un anno intero



Accorcia le distanze e collegati da ogni parte del mondo con qualsiasi dispositivo



Tutor sempre a disposizione, i nostri formatori sono professionisti certificati



24 sessioni di allenamento da eseguire due volte a settimana, per un totale di 3 mesi di allenamento.



Alla fine del percorso è possibile richiedere l'attestato

Future Academy
UNA PANORAMICA

Siamo una scuola di formazione che punta su contenuti video multimediali, docenti qualificati e professionisti del settore che hanno tenuto negli ultimi anni più di 300 corsi disponibili sulla nostra piattaforma.