

FUTURE ACADEMY

GLUTEI SODI  
TONIFICA IL TUO  
LATO B

---



*Future Academy*

## DESCRIZIONE

Stanno bene con i pantaloni, stanno bene con i jeans, stanno bene con gli abiti aderenti: insomma, i glutei perfetti calzano a meraviglia proprio con tutto! Una parte del corpo sinonimo di sensualità, erotismo e indicatore di una forma fisica impeccabile. Avere glutei perfetti e mantenerli tali però, non è per niente semplice. Da un lato, i glutei perfetti sono frutto di precisi parametri genetici: senza la giusta conformazione fisica, avere un lato B da urlo può non essere una missione così scontata. Dall'altro, complice la vita sedentaria e la forza di gravità, i glutei tendono a scendere, rilassandosi, ed a gonfiarsi, trattenendo i liquidi e diventando vittime degli inestetismi della cellulite.

Vuoi avere glutei perfetti sodi e tonici? È tempo di mettersi al lavoro con un programma di allenamento mirato della durata di tre mesi. Una serie di esercizi per i glutei pensati per sfidare la forza di gravità!

## 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 rassodare e tonificare i glutei.



Con questo  
**CORSO**



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.