

FUTURE ACADEMY

RIMETTITI IN
FORMA
IN 21 GIORNI



Future Academy



Con questo
CORSO

DESCRIZIONE

Il programma di allenamento Rimettiti in Forma in 21 giorni è pensato per le persone che cercano un allenamento completo con l'obiettivo di dimagrire e rimettersi in forma in 3 settimane. Le lezioni sono a difficoltà crescente e pensate per fare lavorare i principali gruppi muscolari del corpo, si tratta infatti di un allenamento Total Body vero e proprio. Un programma completo per dimagrire utilizzato anche da professionisti e personaggi dello spettacolo che sessione dopo sessione permette di lavorare sul proprio corpo in modo tale da dare sempre il massimo in ogni seduta di allenamento, ottimizzare i carichi e dimagrire velocemente. 21 giorni per 21 sessioni di allenamento per ottenere il massimo! Scarica la pratica Tabella di Dimagrimento e rimettiti in forma velocemente!

OBIETTIVI

L'obiettivo di questo video corso è migliorare lo stato di forma fisica e psicologica dell'allievo attraverso sessioni di allenamento che propongono esercizi mirati a difficoltà crescente, che hanno lo scopo di dimagrire e mantenersi in forma bruciando calorie. Attraverso questo percorso l'allievo sarà in grado di migliorare tonicità muscolare, resistenza fisica, coordinazione e autostima personale.



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



21 sessioni di allenamento da eseguire ogni giorno, per un totale di 21 giorni consecutivi 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.