

Dane aktualne na dzień: 03-04-2025 04:37

Link do produktu: <https://apfitness.pl/moms-club-wszystkie-treningi-1-m-c-p-149.html>



Mom's CLUB - wszystkie treningi (1 m-c)

Cena	29,00 zł
Cena poprzednia	39,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	dvd-all
Producent	Angelika Pióro

Opis produktu

[Kliknij tutaj i zapisz się do Mom's CLUB](#)

Mom's CLUB to nieograniczony dostęp do wszystkich treningów, w tym takich hitów jak, CIAŻA, POŁÓG, Sexy Pośladki, 10 minut dla brzucha i wiele innych. Mom's CLUB to nowy program treningowy co tydzień, to także wyzwania oraz wspólna motywacja do ćwiczeń.

KATEGORIE

— Treningi

- Krótkie do 20 min
- Trwające do 40 min
- Dłgie
- Cięża
- Pośladki
- Brzuch
- Ręce i plecy
- Mini Band
- Full Body Workout
- Fat Burn
- Stretching

+ Przepisy

+ Kids

+ Pogadanki

Treningi

... Elementów 56

Wyników na stronie: **15** 30 45



JĘDRNE RAMIONA
NADAJ PIĘKNĄ LINIĘ OKOLICY
BIUSTU I RAMION

Jędrne ramiona

ZOBACZ



FAT BURNER
SZYBKE SPALANIE
45 MINUT

FAT BURN - spalanie

ZOBACZ



LIFTING BIUSTU
JĘDRNY, UNIESIONY BIUST

Lifting biustu

ZOBACZ



Dużo siedzisz?
ten **STRETCHING**
jest dla Ciebie

Stretching - gdy dużo
siedzisz

ZOBACZ



Core
równowaga
wzmocnienie
sila

Core - równowaga

ZOBACZ



Brzuch z piłką
10 minut

Brzuch z piłką

ZOBACZ



**10 MINUT
DLA CIEBIE
BRZUCH**

10 minut dla Ciebie - brzuch



**10 MINUT
DLA BRZUCHA**
trening 7

10 minut dla brzucha -
Trening 7



10 MINUT DLA BRZUCHA
ĆWICZENIA PODSTAWOWE NA
BRZUCH

10 minut dla brzucha -
Trening 1

Zacznij już teraz!

[Zapisz się na moms-club.pl](https://moms-club.pl)

Dodatkowo w Mom's CLUB znajdziesz bazę pysznych i łatwych w przygotowaniu posiłków dla siebie i Twojej rodziny. Gotuj pysznie i zdrowo, klasycznie lub odkrywaj nowe smaki świata.

KATEGORIE

- + Treningi
- Przepisy
 - Przepisy
- + Kids
- + Pogadanki

Przepisy

Elementów 40

Wyników na stronie: 15 30 45

**Briam**

Grecka zapiekanka warzywna

ZOBACZ

**Brownie z fasoli**

Koniecznie wypróbuj!

ZOBACZ

**Buddha bowl z tososem**

Miska pełna różnorodności.

ZOBACZ

**Chili sin carne**

Niezły Meksyk w Twojej kuchni :)

ZOBACZ

**Domowy burger z mozzarellą i guacamole**

Rewelacyjny domowy burger dla smakoszy street food.

ZOBACZ

**Fasolka po bretońsku**

W sam raz na chłodne dni.

ZOBACZ

**Frytki z batatów z chilli**

Frytki na ostro :)

**Gnocci w sosie pomidorowym****Grillowana cukinia z serem kozim**

Sprawdź sama!

W Mom's CLUB jest też dział poświęcony dzieciom, który stale rozbudowujemy, co tydzień dodajemy materiały filmowe z pomysłami na zabawy z dziećmi, które korzystnie wpływają na ich rozwój.

KATEGORIE

- + Treningi
- + Przepisy
- Kids
- + Gry w domu (DIY)
- + Pogadanki

Kids

Elementów 6

Wyników na stronie: 15 30 45



Domowa ciastolina

ZOBACZ



Gniotki

ZOBACZ



Kulki do domu

ZOBACZ



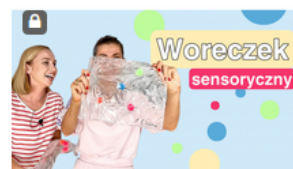
Malowanie po mleku

ZOBACZ



Tor z taśmy

ZOBACZ



Woreczek sensoryczny

ZOBACZ

Wyników na stronie: 15 30 45

Dołącz do klubu teraz!