Dane aktualne na dzień: 28-03-2024 13:39

Link do produktu: https://apfitness.pl/sexy-posladki-treningi-modelujace-p-92.html



SEXY Pośladki - Treningi modelujące

Cena	**34,90 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**3 dni**
Numer katalogowy	**dvd-sp**
Producent	**Angelika Pióro**

Opis produktu



Pełne, jędrne, uniesione i kształtne – POŚLADKI

Ten trening jest dostępny na platformie treningowej moms-club.pl!

moms-club.pl to ponad 80 programów treningowych dostępnych już za 0,68zł / dzień. Dodatkowo na moms-club.pl znajdziesz przepisy na pyszne dania dla całej rodziny, dział KIDS z zabawami edukacyjnymi dla dzieci oraz blog z ciekawymi artykułami!

Sprawdź moms-club.pl już teraz!

Takie lubimy i takie chcemy! Oczywiście jest to w naszym zasięgu. Wystarczy odpowiednio o nie zadbać.

Program treningowy „Sexy pośladki” to nowość wśród moich propozycji ćwiczeń w domu. Kompleksowy zestaw w pełni zadba o Twoją sylwetkę ze szczególnym uwzględnieniem pośladków, bo to na nich będziemy się skupiać.

Dla każdej fit kobiety chcącej rozbudować pośladki i pozbyć się cellulitu ten trening jest obowiązkowy.

W opakowaniu znajdziesz 2 treningi rozpoczynające się rozgrzewką i kończące stretchingiem. Czas ich trwania to około 50 minut, ale razem zleci nam szybko.

Jedynie czego potrzebujesz do wykonania programu to obciążniki na kostki/nadgarstki. Jeśli ich nie masz możesz zastąpić je gumami typu mini bands i hantlami. Zawsze możesz też wykonać trening bez dodatkowego obciążenia.

Program treningowy jakiego szukałaś!

Ćwicz w domu i modeluj sylwetkę o jakiej marzysz!



Program zawiera 2 treningami (dostępne także w wersji elektronicznej)
Każdy trening trwa około 50 minut i składa się z rozgrzewki, części głównej treningu, oraz stretchingu najważniejszych partii ciała.

Do ćwiczeń potrzebujesz:
- Mata do ćwiczeń.
- Obciążniki na kostki/nadgarstki.
- Wygodny dres :)

