

EMS-тренировки от фитнес студии 5FIT



Москва, Россия

EMS-тренировки - это фитнес будущего. На занятиях на вас одевают специальный костюм, в котором импульсы безопасно воздействует на мышцы. Возникает нагрузка, имитирующая сокращение мышц при физических упражнениях. Тренер следит за тренировкой и регулирует воздействие тока индивидуально под вас.

В течение 30 минут вы делаете простые упражнения, но ваше тело получает нагрузку как на 3-часовой тренировке в спортзале. EMS-тренировки подходят любому человеку, который хочет исправить несовершенства своей фигуры.

В зависимости от выбранной на аппарате программы Вы сможете:

1. Укрепить и нарастить скелетную мускулатуру, более чем на 30%.
2. Сбросить до -12 кг за 8 тренировок.
3. Избавиться от жировых отложений на проблемных местах: руки, бедра, живот, ягодицы (Липолиз).
4. Вывести лишнюю воду из организма и уменьшить свои объемы (Лимфодренаж).
5. Увеличить упругость и эластичность кожи (Лифтинг).

КАК ТЕХНОЛОГИЯ EMS ВЛИЯЕТ НА ТЕЛО?

1. Проблемные места - сжигает «трудные» жировые отложения на задней поверхности рук
2. Оздоровление - улучшает кровообращение и обмен веществ без активных тренировок
3. Похудение - способствует похудению и устранению целлюлита
4. Рост мышц - активируют «спящие» мышечные волокна и провоцирует рост мышц
5. Восстановление - ускоряет восстановление после травм и операций
6. Идеальная осанка - укрепляет спину и грудь

После тренировки вы почувствуете каждую мышцу, вы буквально «услышите» свое тело. Это ощущение нельзя сравнить ни с чем!

В наших студиях есть все виды тренажеров, оборудование для бокса, х-бокс для эффективных перерывов, велотренажеры для сайкл-Еms и просторный зал для танцев в Ems-костюмах. После каждой тренировки - лимфодренажный массаж.

Действуют абонементы и акции – подробности уточняйте у администратора

Цена: **3 000 руб.**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: уместен

Полякова Карина

+7 (495) 125-00-02

ул. Б. Грузинская, 30А с1