



Via O. Flacco, 142 - Martina F. (TA)
Tel. 0804857080 www.csmoving.it

SPINNING®

+

SWITCHING®

Standing Innovation

=

SPINPOWER

Il nuovo trend per gli amanti del Fitness totale

Completo e veloce per il massimo dei risultati; ideale per chi non si avvicina alla sala fitness per il poco tempo o non gli piace usare gli attrezzi di muscolazione.

Abbiamo creato per Voi il miglior programma per perdere peso e tonificarsi contemporaneamente!

MOVING SPINPOWER utilizza spinbike, macchine "SWITCHING" e d'altri attrezzi.

MOVING SPINPOWER soddisfa le esigenze di chi vuole integrare lo Spinning perchè dà risultati solo nella parte inferiore ma non vuole farlo da solo in sala fitness.

MOVING SPINPOWER utilizza due metodiche differenti, altamente allenanti e complementari perciò dà risultati eccezionali. **E NON TI ALLENI DA SOLO!**

SPINPOWER è l'alternativa allenante che unisce in un

unico corso il lavoro cardiovascolare dello Spinning e il lavoro con sovraccarichi dello SWITCHING per tonificare parte superiore e addome.

MOVING SPINPOWER: completezza di risultati; di magrimento e tonificazione; è adatto a tutti.

Il programma MOVING SPINPOWER può essere articolato in diversi modi perchè rappresenta l'unione tra il mondo del training aerobico e quello della tonificazione e del Body Building.

Ti aspettiamo per una prova!