

# PortDeBras™ Club System

Системный вариант тренировки для инструкторов фитнес клубов, студий, с обновлением последующих релизов каждые три месяца. Формат урока подготовлен для клиента с различными уровнями подготовки и не требует особенных навыков и специальной техники. Состоит из частей и упражнений, основанных на интегрированных методах вытяжения, концепции естественного движения и баланса в определенной последовательности, с использованием упражнений для осанки, гибкости, функциональной тренировки, в том числе на полу.

Семинар для инструкторов групповых программ, персональных тренеров. Все участники получают рабочие тетради и сертификаты о прохождении данного тренинга.

**Дата проведения:** 21 октября 2017

**Время проведения:** 15:00 – 19:00

**Количество часов:** 4 часа

## Владимир Снежик

- Международный презентер.
- Фитнес эксперт.
- Более тысячи конвенций и семинаров в тридцати одной стране Мира.
- Автор программы PortDeBras™.
- Владелец проекта PortDeBras™ Club System [www.portdebrasclubsystem.com](http://www.portdebrasclubsystem.com)
- Создатель конкурса International Fitness Open (IFO).

**Место проведения:** г. Ростов-на-Дону, ул Еременко 62, спортивный клуб «Fitness Unity»

**Выдаваемый документ:** сертификат InternationalFitnessEducation

**Необходима предварительная регистрация**

**Запись на тренинг:** +7 (928) 227 55 05

[Rostov.fitness@mail.ru](mailto:Rostov.fitness@mail.ru)