

Тренировки беременных

- физиологические изменения в организме женщины
- подбор упражнений в зависимости от срока беременности
- противопоказания к тренировкам
- составление тренировочного плана
- тренировки в послеродовой период

Дата проведения: 20 октября 2017

Время проведения: 10:00 – 19:00

Количество часов: 8 часов

Гульшат Бикчурина

- эксперт FPA (Ассоциация Профессионалов Фитнеса)
- менеджер групповых программ фитнес-клуба La Collina
- 2х кратная победительница всероссийского конкурса "Инструктор года"
- презентер российских конвенций

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

Выдаваемый документ: сертификат тренинговой компании SmArtFit

Необходима предварительная регистрация

Запись на тренинг: +7 (928) 227 55 05

Rostov.fitness@mail.ru