

TONIFICAZIONE

Total
Body!



anche **OnLine!**

Il Fitness su misura delle tue esigenze!

DEBORA - IL TUO PERSONAL TRAINER

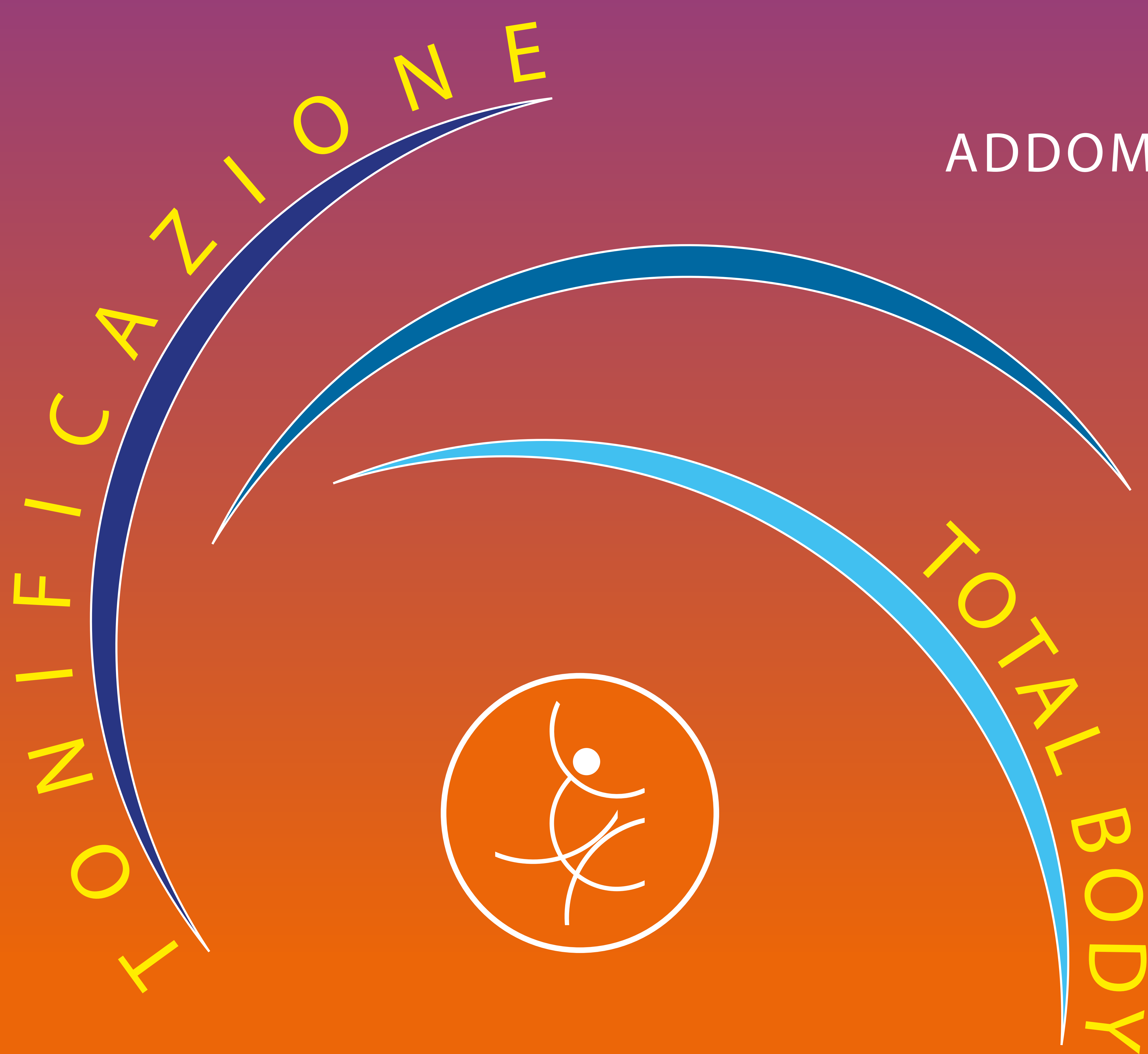
TONICARMONIA.IT

PERSONAL TRAINER

“Il corpo,
una macchina meravigliosa
che in totale armonia si muove
e che in quella stessa armonia
si rigenera e trova la pienezza del
suo star bene.”



Un allenamento personalizzato che ti guiderà passo passo al raggiungimento dei tuoi obiettivi. La nostra esperienza pluridecennale ci permette di ottimizzare gli esercizi per massimizzarne l'efficienza, mentre la nostra filosofia ti garantirà di lavorare in sicurezza, senza sovraccaricare articolazioni e legamenti. Programma con noi il tuo piano di allenamento e grazie alle lezioni online, se hai difficoltà a raggiungerci, siamo noi che veniamo da te.



ADDOMINALI

GLUTEI

GAMBE

BRACCIA

SCHIENA

ADDUTTORI

PAVIMENTO PELVICO



TONICARMONIA.IT