



Спортивный проект "С нуля"

Новый спортивный проект "С нуля" от сети фитнес-клубов [ARMSTRONG](#). Каждую субботу в 11:00 тюменцев ждут тренеры [Кристина Варавя](#) и [Андрей Богданович](#).



Всего за ОДИН ЧАС расскажут тебе:

- как начать заниматься в тренажёрном зале, если ты – «новичок» или твой прогресс остановился;
- об основах, которые необходимы каждому начинающему спортсмену;
- о базовых упражнениях, которые не стоит забывать использовать в тренинге;
- о частых ошибках во время занятиях;
- о важности питания в достижении ваших целей.

Ты тратишь ВСЕГО ЧАС, а получаешь МАКСИМУМ полезной информации, которую нигде не получишь за такое короткое время!

Бонус: тренировка от тренеров!

Первая встреча – бесплатно. Запись по тел.: 8(904) 889 03 44.