



palestra con corso di fit box a falconara marittima

Mappa

□



Una NOVITÀ in ancona ...!!! Vieni a provare la tua PALESTRA FUNZIONALE

...!!! 800mq di struttura adatta per qualsiasi esigenza..

Descrizione

Palestra con corso di fit box a Falconara Marittima, Ancona, da Palestra Supreme Sport & Salute - Scopri la Fit Boxe: Un Allenamento Completo per il Benessere Fisico e Mentale La Fit Boxe è una forma di allenamento fitness innovativa e completa, concepita per migliorare il benessere fisico generale, e ispirata alle tecniche della kickboxing. Questo metodo, che si distingue per la sua efficacia e versatilità, si allontana dagli sport da combattimento tradizionali per concentrarsi su un mix dinamico di aerobica e arti marziali, come il pugilato, la kickboxing e la muay-thai, senza mai perdere di vista la sicurezza. Un Allenamento Sicuro e Dinamico ??? La Fit Boxe non mira a neutralizzare un avversario, bensì a combinare movimenti di pugni, calci, gomitate, ginocchiate e schivate, tutto in un contesto di totale sicurezza. Questa disciplina è ideale per chi desidera mantenersi in forma attraverso un'attività fisica ad alto impatto, senza il rischio di infortuni tipici delle competizioni di combattimento. Benefici Cardiovascolari della Fit Boxe ♥ Dal punto di vista fisico, la Fit Boxe si distingue come uno degli allenamenti più efficaci per migliorare la salute cardiovascolare. Grazie alla combinazione di esercizi aerobici e anaerobici, questa pratica è in grado di ottimizzare la capacità respiratoria e favorire una migliore circolazione sanguigna. Gli esercizi ad alta intensità alternati a momenti di recupero attivo contribuiscono a potenziare il sistema cardiovascolare, rendendolo più efficiente. Un Approccio Multifunzionale alla Forma Fisica ??? La Fit Boxe è estremamente versatile e può essere integrata sia in un programma di allenamento funzionale che come complemento agli sport da combattimento. Questa dualità permette di migliorare la resistenza fisica, la coordinazione e la forza muscolare, rendendola una scelta eccellente per chi desidera variare la propria routine di allenamento. Adatta a Tutti i Livelli di Abilità ??? Un altro aspetto positivo della Fit Boxe è che si adatta facilmente a tutti i livelli di abilità. Che tu sia un principiante o un atleta esperto, questa disciplina offre esercizi che possono essere modulati secondo le proprie capacità. Gli istruttori qualificati della Palestra Supreme Sport & Salute sono sempre pronti a guidarti e a personalizzare gli allenamenti in base alle tue esigenze specifiche. Un Ambient

e Motivante e Coinvolgente ???? Allenarsi in un ambiente motivante e coinvolgente è fondamentale per mantenere alta la motivazione. La Palestra Supreme Sport & Salute di Falconara Marittima offre un'atmosfera energica e positiva, dove potrai allenarti in gruppo e condividere i tuoi progressi con altri appassionati. Le sessioni di Fit Boxe sono pensate per essere stimolanti e divertenti, rendendo ogni allenamento un'esperienza gratificante. Perché Scegliere la Palestra Supreme Sport & Salute? Situata a Falconara Marittima, in Via del Consorzio 34, la Palestra Supreme Sport & Salute è il luogo ideale per praticare la Fit Boxe. Con un team di istruttori esperti e appassionati, potrai beneficiare di un supporto professionale e personalizzato. La palestra è dotata di attrezzature moderne e offre un'ampia gamma di servizi per soddisfare ogni esigenza di allenamento. La Fit Boxe rappresenta una soluzione eccellente per chi cerca un allenamento completo che combini benefici cardiovascolari, miglioramento della resistenza e potenziamento muscolare, il tutto in un ambiente sicuro e motivante. Non perdere l'opportunità di scoprire questa straordinaria disciplina presso la Palestra Supreme Sport & Salute a Falconara Marittima. Ti aspettiamo per iniziare insieme un percorso verso il benessere fisico e mentale. ???? Contattaci per Maggiori Informazioni ???? Se desideri saperne di più sulla Fit Boxe o prenotare una lezione di prova, non esitare a contattarci. Puoi raggiungerci ai seguenti numeri di telefono: Palestra Supreme Sport & Salute 60015 Falconara Marittima AN Via del Commercio, 3 Tel: 339 731 0491 https://www.instagram.com/supreme_palestra/ https://www.facebook.com/SupremeSporteSalute?locale=it_IT

Contatti

**EXTREME SPORT & FITNESS S.S.D.
A.R.L.**

Tel. 3397310491

http://www.facebook.com/extreme_palestra/

Via Grandi, 45 D, Ancona, 60131

Dal lunedì al venerdì: 06:30 - 22:30.

Sabato: 08:00 - 18:00
