Подтянутая спортивная фигура, здоровые привычки и позитивное мышление абсолютно БЕСПЛАТНО, не зависимо от пола, возраста и уровня физической подготовки! Регистрируйся с 15 по 28 февраля на сайте https://workout.su/100

Образовательная программа «100-дневный воркаут» — это возможность поверить в себя, стать сильнее, улучшить здоровье и стать примером для окружающих.

ЕСЛИ ТЫ ХОЧЕШЬ:

- Научиться эффективно тренироваться в любом месте и любое время

- Повысить уровень физической подготовки

- Бросить себе реальный вызов

- Научиться питаться правильно

- Начать новый образ жизни

- Найти новых друзей и единомышленников

Благодаря этому курсу ты сможешь эффективно тренироваться в любой точке планеты, покончить с вредными привычками и обзавестись здоровыми, получить достойный результат всего за 100 дней и удержать его на всю жизнь!

ТЕБЯ ЖДУТ:

- 5 тренировок в неделю без дополнительного инвентаря

- Подробное описание техники упражнений

- Рекомендации по составлению плана питания

- Ежедневное общение с ведущими и другими участниками

- Еженедельные совместные тренировки и помощь кураторов

- Море мотивации, позитива и саморазвития

Регистрируйся с 15 по 28 февраля на сайте https://workout.su/100