



Personal di gruppo

Come funziona e cos'è?!



Ciao a tutti! Per chi ancora non mi conosce sono **Andrea Raguatini**. Da circa 23 anni lavoro nel mondo del fitness e del Body Building. Ho allargato, poi, le mie conoscenze nel settore **dell'alimentazione** e della **integrazione alimentare**. Oggi, la mia grande passione sono gli **allenamenti funzionali** e a **corpo libero** che utilizzo in diversi **corsi di gruppo**. Negli ultimi 3 anni, oltre ai corsi, mi sono dedicato a tempo pieno a sedute di **personal singoli** con magnifici risultati per tutti i miei allievi. Da quest'anno ho così deciso di dedicare 4 ore alla settimana a quelli di gruppo. Un'altra bella sfida!

Come funziona?

- Si ha la possibilità di avere gli stessi risultati della seduta singola ad un prezzo più conveniente.
- Bisogna prenotarsi.
- Massimo 4 allievi.

Per capire meglio:

- 1 persona 20.00 eur
- da 2 a 3 persone 15.00 eur
- 4 persone 10.00 eur

OBIETTIVI

**TONIFICARE -
DIMAGRIRE**

AUMENTO DI MASSA

**IMPARARE
CONOSCERE IL
PROPRIO CORPO**

**ACQUISTARE
ELASTICITÀ**
