



palestra cross training

Mappa

□



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

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

Descrizione

Palestra cross training ad Ancona da Extreme Sport & Fitness - Il cross training rappresenta un approccio rivoluzionario all'allenamento fisico, caratterizzato da esercizi a alta intensità che mirano ad aumentare la tonicità e la resistenza muscolare. Questa metodologia non solo migliora le prestazioni fisiche complessive, ma è anche ideale per chi desidera mantenere il corpo in forma e il cuore sano. Ti invitiamo a scoprire il nostro corso di cross training presso la palestra Extreme Sport & Fitness, situata ad Ancona, dove troverai un ambiente stimolante e professionale per raggiungere i tuoi obiettivi di fitness. Perché Scegliere il Cross Training? Il cross training è una forma di allenamento versatile e dinamica. Combina diversi tipi di esercizi, tra cui sollevamento pesi, esercizi cardiovascolari, e movimenti funzionali. Questo approccio multidisciplinare non solo evita la noia di una routine monotona, ma stimola anche diversi gruppi muscolari, contribuendo a migliorare la flessibilità, la mobilità e la coordinazione. Studi hanno dimostrato che il cross training può ridurre il rischio di infortuni, migliorare la salute cardiovascolare e aumentare il metabolismo, rendendolo un'opzione ideale per chiunque desideri migliorare la propria forma fisica. Extreme Sport & Fitness: La Tua Destinazione per il Benessere Se sei alla ricerca di uno spazio accogliente e ben organizzato per la tua attività fisica, Extreme Sport & Fitness è la scelta perfetta. La nostra palestra è modernamente equipaggiata con macchinari all'avanguardia e offre un ambiente stimolante e motivante. Siamo orgogliosi di offrire una gamma molto articolata di corsi e proposte, tra cui il cross training, il pilates, lo yoga, e molte altre discipline. Il nostro obiettivo è fornire un'esperienza di fitness completa e personalizzata per soddisfare le esigenze di ogni singolo cliente. La Nostra Filosofia: Nothing Is Impossible Crediamo fermamente che nulla sia impossibile quando si tratta di raggiungere i propri obiettivi di fitness. La nostra filosofia si riflette nella varietà di corsi che offriamo, progettati per incoraggiare e motivare i nostri iscritti a superare i propri limiti. Il nostro team di istruttori qualificati è sempre a disposizione per guidarti attraverso il tuo percorso di allenamento, offrendoti consigli personalizzati e supporto costante. Il nostro

ro motto, "Nothing Is Impossible", è più di un
a semplice frase; è un impegno a supportarti
in ogni fase del tuo viaggio verso il benessere.
e. Prenota la Tua Prova Gratuita Oggi Stesso!
Siamo entusiasti di accoglierti nella nostra co
munità di fitness e invitiamo tutti i nuovi me
mbri a provare i nostri corsi con una session
e gratuita. Questa è un'opportunità perfetta
per esplorare la nostra palestra, incontrare i
nostri istruttori e sperimentare di persona l'
energia e la passione che caratterizzano Extr
eme Sport & Fitness. Contattaci oggi stesso
per prenotare la tua prova gratuita e scoprir
e come possiamo aiutarti a raggiungere i tuo
i obiettivi di fitness. Unisciti a noi e scopri un
nuovo modo di vivere il fitness. Siamo pronti
ad accoglierti con entusiasmo e professional
ità per aiutarti a trasformare il tuo stile di vit
a. Non aspettare oltre, la tua avventura nel
mondo del fitness inizia qui! Contattaci Extre
me Sport & Fitness Ssd Palestra 60131 Anco
na Via Achille Grandi, 45/D Tel: 339 731 0491

Contatti

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

Tel. 3397310491

[http://www.facebook.com/extreme
palestra/](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
