Si želite trenirati nekaj, da boste v formi in zdravi skozi vse leto? Si želite, da vaše telo postane stroj?

Potem je rešitev **TRX vadba**.

TRX je preprosta a učinkovita funkcionalna vadba. Gre za fitnes z lastno težo, kjer na najlonskih vrveh uporabljamo silo svojega telesa. Primeren je za vse, tako začetnike kot tiste, ki redno skrbijo za svojo kondicijsko pripravljenost, saj si vsak sam prilagaja težavnost vaj.

Trenirajte s trenerko, ki je svoje znanje pridobivala v glavnem kalifornijskem TRX centru (ZDA).

Nikoli ni prepozno!

**RIOS** – **R**ekreiraj **I**n **O**pazi **S**premembo!

Kontakt: 068-163-791 (Nina Prcač Dolinšek)

Termini: torek in četrtek ob 19h

