

**CRIOSAUNATORINO®**

**ginnic life**

# BODYTEC

Raggiungere gli obiettivi di allenamento personali con un impiego minimo di tempo e un'assistenza personalizzata, da Ginnic Life è possibile con il Bodytec!

L'allenamento EMS Miha Bodytec è un metodo di training veloce per tutto il corpo, che attraverso l'elettrostimolazione, punta ad aumentare la potenza, la massa muscolare e a ridurre il grasso corporeo. Un allenamento dura appena 20 minuti e per raggiungere i propri obiettivi individuali, è sufficiente una seduta a settimana.

L'allenamento si svolge sempre con un trainer qualificato che monitora tutto il processo, al pari di un "personal training".

Il trainer svolge qui un ruolo decisivo. Ha infatti il compito di trovare un equilibrio tra il livello di prestazione e l'obiettivo del cliente, assicurando la realizzazione di questi desideri mediante la motivazione individuale.

L'applicazione sicura di questo metodo è fondata su una tecnologia oggetto di numerosi studi e affermata ormai da molti anni. Per mezzo di uno scambio regolare tra pratica e scienza sono state sviluppate linee guida per un'applicazione sicura. Queste regole, basate sul principio "safety first", sono oggi lo strumento fondamentale di tutti coloro che offrono EMS a livello professionale.

I programmi sono personalizzabili, dall'aumento di massa magra al dimagrimento, utilizzati sia come allenamento che come fisioterapia, l'impulso viene avvertito dalla muscolatura profonda (intervertebrali) che tonificando, aiuta il cliente a migliorare la postura.

Tutta l'attrezzatura necessaria è fornita da Ginnic Life.

*Contattaci:*

**3929279330 / 011889052**

WELLNESS

WELLNESS