# Фигура Вашей мечты всего за 30 минут в день!

Друзья! Представляем Вашему вниманию новый инновационный он-Лайн интенсив курс по программам Бодифлекс и Оксисайз!

## Цель программы:

* Похудеть и уменьшить объемы тела, сочетая принципы здорового питания и ежедневные он-Лайн занятия под руководством опытного тренера;
* Получить красивую, подтянутую фигуру и омолодить организм;
* Научиться правильно и сбалансировано питаться, забыв об изнурительных диетах;
* Успешно избавиться от лишних килограмм и закрепить полученный результат;
* Сделать тренировки по Бодифлексу и Оксисайзу частью Вашей жизни, занимаясь всего 30 минут в день, не выходя из дома!

## Суть программы:

* 30 минутные интенсив-занятия Бодифлексом или Оксисайзом с тренером в рамках он-Лайн конференции 5 дней в неделю на протяжении 3 недель;
* Рекомендации по правильному питанию и готовые меню от профессиональных диетологов – только простые рецепты из доступных продуктов;
* Консультации и психологическая поддержка участников проекта в закрытой группе.

## Наши преимущества:

* Эффективная подтяжка силуэта и плавное правильное похудение до 7 кг за курс (в зависимости от начального веса);
* Повышение энергетического тонуса и общее оздоровление организма;
* Гармоничное сочетание тренировок и принципов здорового питания;
* Возможность заниматься каждый день с тренером он-Лайн без походов в спортзал, находясь в любой точке мира;
* Реальный результат при минимальных затратах времени и сил!

**Начало занятий**: 11 мая

**Длительность программы**: 3 недели

**Расписание он - Лайн занятий с тренером:**

Бодифлекс - с Пн по Пт в 09.30

Оксисайз - с Пн по Пт в 10.00

**Хватит откладывать начало похудения на следующий понедельник!**

**Начните свой путь к идеальной фигуре прямо сейчас!**