

## Индивидуальные занятия боксом.



Челябинск, Россия

### Индивидуальные занятия боксом

Преимущества индивидуальных тренировок:

1. Тренировочная программа выстраивается непосредственно под Вас, учитывая исходную спортивную форму и цель, которую Вы хотите достичь.
2. Персональные тренировки по боксу проходят в психологически комфортной обстановке: Вы в спортивном зале один на один с персональным тренером. Не секрет, что для некоторых из нас препятствием на пути к хорошей спортивной форме и здоровью стоит либо застенчивость, либо нежелание заниматься спортом в группе по той или иной причине. Или Вы просто предпочитаете во всем индивидуальный подход.
3. Нет возрастных рамок для тренирующихся персонально в отличие от таковых на групповых занятиях.
4. Тренировочные нагрузки подбираются индивидуально для Вас на каждом занятии с учетом Вашего физического и психологического состояния на сегодняшний день и суммарной дневной нагрузки, предшествовавшей тренировке. На групповых занятиях это сделать практически невозможно в силу большого количества людей, поэтому ориентировка идет на средние показатели.
5. Все внимание от начала до конца тренировки тренер уделяет только Вам, следовательно, персональные тренировки дают возможность моментальной коррекции ошибок в технике.

---

Цена: Договорная

Тип объявления:  
Услуги, предлагаю

Торг: --

**попов андрей**

**89630748727**