

NOVIDADES

CURSO

**Treinamento Funcional
para Esporte de Aventura
e Radicais**

Prof. Fábio Jobim



No próximo dia 25 de abril às 09:00 horas da manhã, curso de "Treinamento Funcional para Esportes de Aventura/Radical." Teoria e prática. Aplicação das técnicas como Yoga que podem alavancar positivamente o psicológico do seu atleta.

"Não perca! Em Maio Denis Vasilev no Brasil."

Informações: www.fbkl.com.br

**No mês do seu aniversário
O presente é nosso**

*Na semana de seu aniversário você poderá experimentar
todas as modalidades: Treinamento Funcional, Systema,
Dance Workout e Yoga.*

PACOTE CORPORATIVO

**Para aqueles que só
conseguem treinar no
horário do almoço.**



Se você quiser treinar na hora do seu almoço criamos uma grande alternativa. Aulas de 45 minutos a um preço super convidativo. Toda estrutura para tomar seu banho rapidinho, e ainda dar tempo de almoçar e voltar ao trabalho.

Horário: 11:15h e 12:00h

**INFORMATIVO
ABRIL/2015**

**ESTE MÊS O
DESAFIO É**

Como vocês sabem, todo mês temos um desafio para vocês.

Neste mês de abril iremos fazer o famoso :

Polichinelo.

Semana 1: 2 minutos

Semana 2: 3 minutos

Semana 3: 4 minutos

Semana 4: 5 minutos

Semana 5: 6 minutos

Tá fácil hein!!



NOVIDADES

Visite e Curta nossa página no Facebook e Instagram:

**Espaço Funcional
Monica Pimenta**

@espacofuncional

**Muitas informações,
novidades, um novo
canal aberto de conversa
entre nós.**