



Pack «Boxe pour tous»

Enfilez vos gants

Votre nouvelle routine : précision, puissance et maîtrise à chaque séance

o Un programme «Boxe pour tous», qui renforcera votre cœur et vos muscles : cardio élevé, force et puissance à chaque étape, pour vous sentir plus fort(e) et plus endurant(e).

o A travers les enchaînements, vous développerez équilibre, coordination et agilité, pour un corps plus réactif, plus précis et plus confiant dans chacun de ses mouvements.

o Le cœur du pack «Boxe pour tous» : transformer ton explosivité, canaliser ton énergie et t'offrir un entraînement complet où chaque frappe fait progresser tout ton corps, de la tête aux pieds.

o A chaque séance, vous libérez les tensions, vous vous recentrez et vous découvrez une version de vous plus calme, plus sûre et plus puissante.



Benjamin Pailley



www.benstraining.com



Contactez moi au
+352 691 585 986



@BensPersonalTrainingLuxembourg