

Antes:



Ahora:



Es preciso un nuevo enfoque en los ejercicios abdominales.

GIMNASIA ABDOMINAL HIPOPRESIVA

(RSF - REPROCESSING SOFT FITNESS)

- 1- Es el mejor sistema para reducir tu cintura**
- 2- Beneficia y acelera la recuperación post-parto**
- 3- Aumenta el tono del suelo pélvico y la faja abdominal**
- 4- Mejora las prestaciones sexuales**
- 5- Disminuye la incontinencia urinaria y/o prolapso en órganos internos**
- 6- Mejora la postura y reduce el dolor de espalda**
- 7- Mejora la vascularización y la resistencia**
- 8- Aumenta la fuerza en un 20%**

Impartido por la Lda. María Fernanda Basile