

ESTUDIO DE KINESIS

Kinesis significa movimiento. Y todo tipo de movimientos tridimensionales es lo que permite hacer esta versátil máquina, a través de un sistema de poleas que posibilita la amplitud de movimientos y el trabajo de todos los grupos musculares. Pero no todo es físico, sino que la máquina se rodea de un ambiente tipo zen, íntimo y natural, que busca el equilibrio entre mente y cuerpo. Trabaja la fuerza, la resistencia y la flexibilidad, al tiempo que obtienes increíbles mejoras a nivel postural, con ayuda de kinesis y nuestros instructores.

PROXIMAMENTE