

Jak se stát sexy kočkou v bikinách?

Napsal uživatel Michal Palán

Sobota, 20 Červen 2020 17:25 - Aktualizováno Sobota, 20 Červen 2020 17:55

Být krásná a „šik“ do plavek. Která z žen by alespoň na chvíli nezatoužila stát se „sexy Pamelou z Baywatch“, za kterou se lačně otočí každé mužské oko. Ať už letošní léto strávíte u moře nebo u rybníku, ještě nic není ztraceno. Můžete vypadat božsky!

Plavková sezóna je opravdu již přede dveřmi. Dámy s ostychem předstupují před zrcadla a zdráhají se vyzkoušet, zda jim bikiny nebudou moc úzké nebo se jim nebudou zařezávat příliš hluboko. Přestože je doslova za 5 minut 12, stále je ještě šance s přebytečnými špeky a špíčky něco udělat.

Zázraky na počkání, nemožné do tří dnů

Zavítejte do posilovny, kde se dějí „zázraky na počkání“. [Posilovna Praha](#) má velké úspěchy, co se redukce tuku a zarysování svalů týče. V případě, že žena usiluje o rychlý účinek, je dobré vzít si osobního kouče a trenéra, který sestaví program na míru a dohlédne na to, aby žena cvičila dobře.



Prostorné fitcentrum [Kentoya fitness na Praze 10](#) je rozděleno do čtyř místností. V kardio zóně naleznete stepper, dva orbitracy, veslovací trenažér, 6x běhací pás a 4x stacionární kolo. V

Jak se stát sexy kočkou v bikinách?

Napsal uživatel Michal Palán

Sobota, 20 Červen 2020 17:25 - Aktualizováno Sobota, 20 Červen 2020 17:55

ostatních odděleních je kompletní plejáda posilovacích strojů.

Proč si pořídit osobního trenéra?

Osobní trenér zná tajemství úspěchu, které tkví ve speciálním programu na redukci tělesného tuku. Samotné cvičení obvykle nestačí, a tak je třeba naordinovat i dietní programy a výživu na míru. Mít vlastního sparing partnera, který namotivuje, pomůže a poradí, je vskutku nejlepší elixír. Hravě sestaví tréninkové plány a pochválí za každý úspěch.



Velkou motivací pro všechny dámy je vidina krásného, opáleného těla. Aby byl efekt cvičení dokonalý, je třeba navštívit [solárium v Praze](#). Solární studio Kentoya nabízí profesionální přístroje s vysokým opalovacím výkonem. Při jedné návštěvě fitness centra tak zabijete „dvě mouchy jednou ranou“, zhubnete a opálíte se!