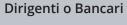
Freelance o Commerciali

Sei solito lavorare in autonomia districandoti tra riunioni e appuntamenti?



Prova un'attività di gruppo come la danza che ti aiuta con la flessibilità e la coordinazione. Aumenterai così il tuo livello energetico!





Sempre soggetto ad uno stress eccessivo? Ritmi frenetici?

Prova ad allentare la tensione all'aria aperta: correre ti aiuta a liberare la mente e ad incrementare la forza di volontà!



Deadline serrate ti

creano tensione.

ansia e dolori

muscolari?

La **boxe** è

sicuramente la

risposta ai tuoi problemi: aiuta a

controllare gli

impulsi, rilascia endorfine e

aumenta la fiducia

in sè!

Piccoli **Imprenditori**

Impegnato a far fronte ai mille problemi? Insonnia, dolori muscolari o emicrania sono all'ordine del giorno?

Trova nel **crossfit** il giusto alleato per rafforzare spirito e corpo!





Segretari o Impiegati

Mal di schiena? Occhi spesso affaticati?

I professionisti ti consigliano di praticare del **nuoto**, che ti aiuta a rilassare e rinforzare la muscolatura. Inoltre facilita il riposo notturno!





Professionisti sempre in viaggio

Creativi o **Pubblicitari**

Viaggi molto? Soffri di gonfiore alle gambe o problemi di circolazione?

Prova lo Yoga! Ti aiuta a rilassare la mente e a migliorare l'ossigenazione!





Gympass ti permette di praticare diverse attività fisiche con una sola quota mensile. www.gympass.com/it









