

Гантели и штанга в комплекте



AvizInfo.kz

Алматы, Казахстан

Универсальный тренажер для занятий спортом в удобное для себя время!

Комплект из гантелей и штанги, в пластиковом ящике на колесах

1) Важная причина, по которой следует заняться спортом – это необходимость укрепить свое здоровье, усилить работу сердца, контролировать повышенное кровяное давление. Регулярные занятия физическими упражнениями способствуют рассасыванию опасных тромбов в крови, а так же замедляют процесс старения.

2) Активно упражняясь, мы доставляем кислород в каждую клетку тела, наша кожа улучшается, активизируются кровообращение и улучшаются рефлексы. Занимаясь спортом регулярно, улучшается работа капилляров, от которых зависят самые важные функции органов тела.

3) Занимаясь спортом, вы тонизируете мышцы, делая их сильными и выносливыми. Они становятся более упругими. Суставы становятся крепче и обретают большую амплитуду движения.

4) Физические нагрузки помогают контролировать аппетит, потому что увеличивается количество эндорфинов, которые выделяет наш мозг. Эндорфины защищают наш организм от чувства голода до тех пор, пока он действительно не будет нуждаться в пище. Так же упражнения помогают достичь идеального веса, чего нельзя добиться только диетой.

5) Регулярные физические упражнения помогают избавиться от хронического утомления, увеличивая запас жизненных сил, повышая уровень энергии вашего тела. Делая вас более активным и энергичным в течение дня.

6) Занятия спортом способствуют более качественному и спокойному сну ночью. Так как при занятии спортом выделяются эндорфины, они помогают нам избавиться от нервного напряжения, скопившегося в течение дня. Так же спортивные занятия помогают предотвратить депрессивное состояние и бессонницу из-за снижения в организме адреналина и гормонов, способствующих возникновению стресса.

7) Спорт помогает укрепить веру в себя и повысить собственную самооценку. Вы чувствуете, что можете улучшить свое самочувствие независимо от того как

Цена: **22 999 ₸**

Тип объявления:
Продам, продажа, продаю

Торг: уместен

Садыков Максат

328-73-57 8-777-814

Медеуский район