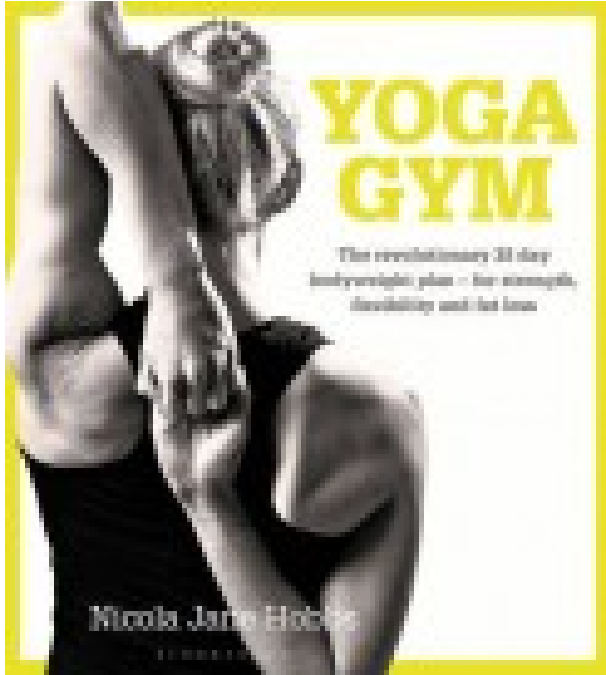


Yoga Gym



Forfatter:	Nicola Jane Hobbs
Forlag:	Bloomsbury Publishing PLC
Sprak:	Engelsk
Antall sider:	224
ISBN/EAN:	9781472912886
Kategori:	E-bøker
Utgivelsesår:	2015

[Yoga Gym.pdf](#)

[Yoga Gym.epub](#)

Yoga Gym gives you the training, nutrition and motivational tools to sculpt a strong body and build a strong mind. This effective 28-day yoga training plan will get you strong and supple, build strength, improve mobility and burn fat. Whether you're a yoga fanatic, regular exerciser or complete novice, Yoga Gym is a totally new way to work out. Choose from over 150 poses and exercises, or follow the 28-day plan. - Blends together traditional yoga poses with dynamic bodyweight strength training techniques - Designed for both men and women of all fitness levels - An effective, easy to follow, do-anywhere workout - Contains guidance on diet and information about yoga philosophy

Norsk Yoga-skole. Klassisk, meditativ yoga i Norge siden 1968.

Kurs yoga Oslo Bergen Trondheim for begynnere og øvede. Yoga for gravide. Yoga retretter.

VELKOMMEN TIL ZENIT YOGA. Vi er et levende og moderne yogasenter med en varm og innbydende atmosfære. Du finner oss sentralt på skjønne Nedre Bakklandet i Trondheim. VELKOMMEN TIL OSS.

Ditt klare førstevalg når det handler om trening! Vi er et fullsortiments-senter med lyse og trivelige lokaler på 1000 kvm midt i sentrum av. MUDO Gym er et topp moderne treningscenter med det du trenger av apparater, frivekter og kondisjonsutstyr.

I tillegg tilbyr vi gruppetimer innenfor flere forskjellige.

Det er ikke mange treningsstudio som kan si at de har "ekte" yoga. Det kan vi, og vi er stolte av det! Yoga er

perfekt å kombinere med dansetrening. MUDO Gym & Kampsport ble startet i 1998, og har siden begynnelsen vokst til å bli den største treningskjeden i Norden med basis i kampsport. Din nettbutikk for skole og barnehage utstyr. Vi sender daglig over hele landet. Uansett hvilke mål du har med treningen, har vi kunnskapen som hjelper deg med å nå dem – i tillegg til å ha det gøy! ASKER asker treningscenter er Askers mest moderne og beste treningscenter! Senteret er fordelt over tre etasjer, dekker over 4000m² og tilbyr det siste innen [...] Personlig trener for alle! Kunne du tenke deg å ha en personlig trener? En som følger deg opp både innen trening og kosthold og som sørger for at du når dine mål?