

Grupno individualni

Sve popularniji pojam. Prilika da veÅ¾bate sa najboljim drugom, partnerom ili kolegom uz nadzor trenera. U grupama od dve do Å•etiri osobe trener se moÅ¾e podjednako svakom posvetiti, a veÅ¾banje u grupi je uvek zanimljivije. Kod nas imate priliku da se zabavite u odabranom druÅ¡tvu, uz nadzor i savete trenera i da istovremeno doÅ¾ete do Å¾eljenog rezultata. UoÄ•eno je da ljudi na grupno-individualnim treninzima imaju veÅ¾i prosek dolaÅ¾enja, brÅ¾e postiÅ¾u rezultate i veÅ¾baju tokom cele godine.