

Kardio program

Pored ishrane najvažnija stvar koju možete da uradite za gubitak viška kilograma i vaše zdravlje su kardio vežbe.

Ukoliko ste u dobroj formi mi vam preporučujemo vreću za boks.

Teretana "Titan Gym" vam nudi odličan izbor kardio sprava - trake za trčanje, nordijsko trčanje, stepper i, naravno, bicikli.