GIRONA NOTICIES.COM + Periodisme

Fitboxing, el nuevo deporte de moda en Perchel

Actualidad Empresarial | 29/09/2021 | 00:00

Un nuevo deporte que está ganando cada vez más seguidores en Málaga es el fitboxing. Este tipo de entrenamiento combina movimientos de boxeo y kickboxing sin contacto sobre sacos profesionales, con intervalos de entrenamiento funcional. Se trata de un ejercicio aeróbico en el que se trabajan todas las partes del cuerpo y es perfecto para liberar tensiones, garantizando la pérdida de peso rápida y un cuerpo tonificado y ágil, gracias a sus ejercicios de fuerza, coordinación y flexibilidad.

En Brooklyn Fitboxing Perchel, uno de los mejores centros fitness ubicados en Málaga, es posible practicar este deporte de alta intensidad, con el acompañamiento de instructores especializados para maximizar resultados de manera más rápida y eficiente.

¿Por qué entrenar fitboxing?

Muchas personas tienen problemas encontrando disciplinas o ejercicios que, además de resultar divertidas y beneficiosas para la salud, permiten tener cuerpos esbeltos y tonificados en poco tiempo. En estos casos, el fitboxing se presenta como una de las mejores soluciones, ya que se trata de uno de los deportes más completos que existen, el cual se centra en trabajar distintas áreas del cuerpo al mismo tiempo para lograr una rutina de alto impacto.

De lo contrario a lo que cree gran parte de la sociedad, para iniciarse en este deporte no se necesita experiencia previa en boxeo o kickboxing, ya que no se trata de una disciplina de contacto. De hecho, si una persona comienza su experiencia de fitboxing con la ayuda de centros profesionales como Brooklyn Fitboxing contará con asesoría profesional y clases adaptadas a cualquier nivel de intensidad. Asimismo, las clases se muestran en videos interactivos que indican cómo y cuándo lanzar cada golpe. De esta forma será sencillo para cualquier novato aprender de forma rápida y fácil.

Este centro de fitboxing ubicado en Perchel, Málaga, aplica la filosofía Hit4Change, lo que significa que la energía física y humana que se genera en cada sesión es transformada en ayuda real y enviada a quienes más la necesitan.

Hacer fitboxing en uno de los mejores centros de Málaga

Brooklyn Fitboxing es uno de los mejores centros de entrenamiento dedicado al fitboxing en Málaga, específicamente en la zona de Perchel. Al inscribirse en uno de sus planes, los usuarios podrán ponerse en forma en tiempo récord, ya que se queman aproximadamente 1000

Kilo-calorías por sesión.

Otro de los aspectos diferenciadores de Brooklyn Fitboxing con respecto a otros centros fitness ubicados en Perchel es que ofrece una atención completamente personalizada, siguiendo de cerca a cada uno de sus clientes para así garantizar resultados en poco tiempo.

Actualmente hay pocos deportes tan completos y divertidos como el fitboxing, ya que la disciplina combina técnicas de boxeo con juego, diversión y resultados a corto plazo.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/157252-fitboxing-el-nuevo-deporte-de-moda-en-perchel.htm