

Integrobene offre modalità di allenamento rivolte a chi, come un medico, non ha molto tempo per svolgere attività fisica.

Tali modalità di allenamento denominate EMS Training e Vacu Gym offrono, infatti, la possibilità di ottenere notevoli benefici in poco tempo (tra 20 e 30 minuti a seduta/settimana).

In sintesi si elencano i benefici:

L'EMS Training è una tipologia di allenamento con elettrostimolazione associata ad esercizi specifici, supervisionati da un trainer certificato EMS, con un rapporto utente/personal trainer 1/1 che garantisce un trattamento mirato su almeno 10 aree muscolari contemporaneamente.

Una seduta di allenamento dura 20 minuti e ha diversi obiettivi tra cui, i principali: aumentare la potenza e la massa muscolare; ridurre il grasso corporeo; correggere l'errata postura; alleviare il mal di schiena; diminuire gli inestetismi della pelle; migliorare la qualità del sonno; ridurre la pressione arteriosa.

Il Vacu Gym è un nuovo metodo di drenaggio linfatico che aiuta a perdere peso e che combina la tecnologia Vacuum e quella infrarossi. Questa combinazione unica, riscaldando tessuti e muscoli, riesce ad attivare la circolazione sanguigna e il metabolismo per eliminare la cellulite e il ristagno dei liquidi in eccesso. Grazie a tale metodo il tessuto adiposo può essere bruciato fino a 4 volte più velocemente e le tossine eliminate dall'organismo. Una seduta di allenamento dura 30 minuti, alla presenza del personal trainer ed ha diversi obiettivi tra cui, i principali: eliminazione della cellulite; perdita costante di grasso localizzato durante l'attività fisica; miglioramento delle proporzioni corporee; eliminazione della "sindrome dai piedi freddi"; miglioramento dell'elasticità e della tonicità della pelle; miglioramento della circolazione sanguigna e del sistema linfatico; perdita graduale dei chili in eccesso; miglioramento dello stato psicofisico.

Per la fruizione dei citati servizi, Integrobene offre condizioni favorevoli agli iscritti all'Ordine ed in particolare:

- riconoscere la prima prova gratuita ed un bonus una tantum di ingresso di Euro 40,00 valido per l'acquisto dei servizi di allenamento di EMS Training e Vacu Gym;

Per usufruire del bonus citato gli iscritti all'Ordine, dovranno comunicare i propri dati ed il n.r. di iscrizione all'albo.