

FORMAZIONE & SHOP

STARK Body Flying organizza regolarmente sessioni formative di livello Base ed Avanzato.

DURATA: i corsi si sviluppano in una giornata Full-immersion e forniscono tutti gli elementi indispensabili e necessari, consentendo di erogare da subito lezioni collettive ed individuali di Body Flying.

QUANDO: il calendario prevede una cadenza mensile, adattandosi molto bene alle esigenze di tempo di ognuno. Per consultare le date ed i luoghi, vai sul sito www.stark.bodyflying.com

SEDI: i corsi di formazione hanno luogo presso i centri che hanno aderito alla Certificazione Body Flying e che oltre a svolgere la pratica del metodo STARK Body Flying, promuovono la diffusione sul territorio offrendo la possibilità di usufruire dei propri locali.



Inoltre, STARK Body Flying offre servizi esclusivi per Studi Pilates, Fitness Club e Centri Motori, organizzando su misura sessioni di formazione presso la Vostra sede, in date extra-calendario!

SHOP

L'acquisto dello strumento Body Fly è subordinato alla formazione, con la quale si rilascia la relativa Certificazione Internazionale e la concessione di utilizzo dei marchi STARK Body Flying a garanzia delle attività svolte. Per l'acquisto di Body Fly separatamente dalle sessioni di Certificazione, contattaci.

Per maggiori informazioni

Chiamaci: +39 333 61.26.920

Scrivici: info@stark-bodyflying.com

WWW.STARK-BODYFLYING.COM

STARK[®]

BODY FLYING



The **Body Flying** Experience

WWW.STARK-BODYFLYING.COM

STARK BODY FLYING[®]

Dalle ultime evoluzioni del Fitness Workout, in linea con le esigenze della clientela Fitness in continua maturazione, ecco che nasce il Body Flying[®], una metodologia di training che mette tutti d'accordo!



L'idea nasce dall'intuizione di unire diverse tipologie di training quali Pilates, Yoga, Ginnastica artistica e Stretching, il tutto contaminato da Forza, Potenza e Resistenza muscolare, con il vantaggio di poter muovere il corpo a 360° utilizzando il Body Fly, lo strumento innovativo che permette di sostenere il movimento senza limitarne la libertà, cosa che non avviene nei classici allenamenti a corpo libero.

Body Fly permette di esercitare il corpo anche in inversione, dunque è possibile combinare allenamenti funzionali coinvolgendo qualità motorie quali Forza, Mobilità e Coordinazione: il risultato è un workout innovativo, dinamico, coinvolgente e divertente!



WWW.STARK-BODYFLYING.COM

A CHI E' RIVOLTO

BODY FLYING & FITNESS CLUB

- Consente di ampliare la gamma dei servizi offerti: infatti si integra perfettamente con le varie discipline.
- Costi di Start-up contenuti: è uno strumento ultra versatile a basso impatto economico.
- Ingombri minimi: poco spazio e modularità sono spiccate qualità, poco frequenti nel settore Fitness. Body Flying non necessita di locali esclusivamente dedicati.



BODY FLYING & STUDIO PILATES

- Integrazione Perfetta: Body Flying rappresenta la crescita completa del metodo Pilates.
- Sinergia ed Evoluzione: Body Flying è complementare alle varie tecniche Pilates, offrendo nuove opportunità fino ad ora impraticabili.



BODY FLYING & PERSONAL TRAINER

- Versatilità: un solo strumento consente variabili infinite e workout unici, con gradienti di difficoltà che vanno da Zero ad Extreme!
- Costo: Body Flying rappresenta un'innovativa metodologia alla portata di ogni trainer.
- Spazio: workout con sospensioni totali necessitano al massimo di 3mq (ca. 1,5 x 2 metri).
- Praticità: si ripiega in un istante nella sua sacca, pronto per essere portato ovunque. Volume estremamente trasportabile e peso minimo (1,3 kg).



WWW.STARK-BODYFLYING.COM