

Questo sito utilizza cookies. Anche di terzi. Per saperne di più sulla loro funzione e sulle modalità di gestione, visitate la nostra policy. Se non siete d'accordo con l'uso di alcuni cookies, consultate la cookie policy. Chiudendo questo banner, scorrendo questa pagina, cliccando su un link o proseguendo la navigazione in altra maniera, acconsentite all'uso dei cookies. Accetto Informativa completa



PROFESSIONISTI AZIENDE AGENDA DESIGN WEEK SOCIAL NETWORK SHOP CONCORSI NEWS EXPO 2015



SPEDIZIONE GRATUITA per ordini superiori ai 49€



La nobile arte del pugilato nei programmi di fitness olistico del Kulm Hotel St. Moritz

Postato da Verini&Associati CORPORATE AND FINANCIAL COMMUNICATION il 3 giugno 2013 in Travel

AUTORE

VERINI & ASSOCIATI

Verini&Associati CORPORATE AND FINANCIAL COMMUNICATION

- Profilo
- Portfolio

Condividi l'articolo

- Tweet this
- Add to Delicious
- Share on Facebook
- Subscribe by RSS

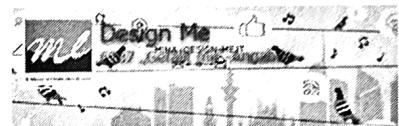


La boxe è una disciplina completa ed efficace che comporta un lavoro sia aerobico che anaerobico; permette di sviluppare forza, resistenza, velocità ed elasticità e, da un punto di vista psicologico, aiuta a scaricare tensioni e stress, accresce l'autostima e la sicurezza in sé e fornisce un ottimo strumento di difesa personale. Su questi presupposti il Kulm Hotel St. Moritz (www.kulm.com) propone per tutta l'estate l'innovativo programma persofit® Boxing che unisce persofit®, un programma di allenamento olistico pro-attivo esclusivo del Kulm, con i benefici della "nobile arte" del pugilato.

In calendario dal 26 giugno al 7 settembre 2013, le sessioni di persofit® Boxing si terranno presso l'area fitness del Kulm, pioniere dello sviluppo di St. Moritz come stazione di sport internazionale fin dall'Ottocento. "Siamo orgogliosi di essere il primo e unico albergo di St. Moritz a proporre questa novità assoluta che sottolinea ancora una volta lo storico ruolo del Kulm come apripista di nuove discipline sportive" commenta il Direttore del Kulm Hotel Heinz E. Hunkeler. "Abbiamo lanciato questa iniziativa cogliendo negli attuali stili di vita di uomini e donne l'opportunità di unire l'impegno al mantenimento di uno stato di salute e di equilibrio globale a capacità di difesa personale." conclude il Direttore.

Alla guida di ogni seduta, a cui possono accedere sia gli ospiti del resort che i clienti esterni, il Personal Trainer ed ex boxeur Joachim Pötschger, già fondatore del programma di allenamento olistico persofit®: "Praticare la boxe aiuta a ridurre le tensioni nervose e a combattere lo stress, per questo è da considerare come una disciplina sportiva ideale ad esempio per i manager" dice Pötschger. "Attraverso le sedute di persofit® Boxing, oltre all'attività di fitness vera e propria, è infatti possibile acquisire alcune importanti capacità relazionali e di business quali concentrazione, pensiero strategico, equilibrio, resistenza e fiducia. Non solo: anche il binomio boxe-difesa personale non è da sottovalutare, tanto da rendere tale disciplina ideale per le donne che oggi cercano nuovi strumenti e mezzi per poter abbinare il fitness all'autodifesa" conclude.

Seguici su Facebook



Seite gefällt dir publicität su www.design-me

Sei der/die Erste deiner Freunde, dem/der das gefällt

