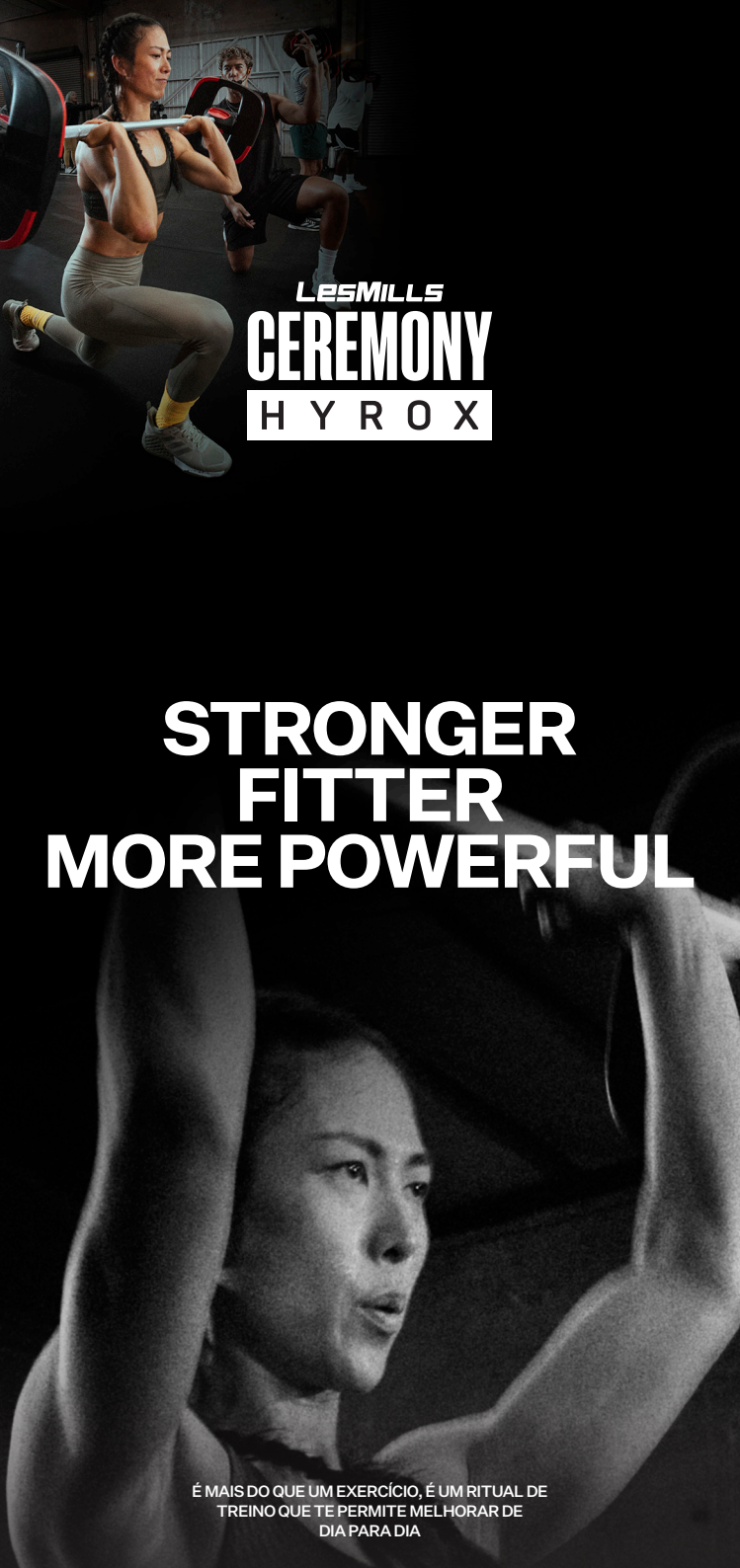




LES MILLS
CEREMONY
H Y R O X

**STRONGER
FITTER
MORE POWERFUL**

É MAIS DO QUE UM EXERCÍCIO, É UM RITUAL DE
TREINO QUE TE PERMITE MELHORAR DE
DIA PARA DIA

STRONGER

FITTER

MORE POWERFUL

Treino de força e cardio de alta performance para todos os níveis. Um circuito de 45 minutos onde vais passando por oito estações de treino funcional. Com música, orientação de especialistas e uma comunidade que te apoia, este treino de condicionamento físico para todo o corpo melhora a força e a resistência cardiovascular.

LES MILLS
CEREMONY
HYROX