

URBAN FITNESS



Urban Fitness, brand nato nel 2014, è leader in Italia nell'ambito del fast fitness con tecnologia EMS. Tra Centri diretti e in franchising, conta oggi 50 aperture su tutto il territorio nazionale.

L'innovativo metodo di allenamento, che prevede sedute di 20 minuti, si basa sull'abbinamento di tecnologia EMS ed esercizio isometrico e dinamico svolto sotto la supervisione di personal trainer specializzati e laureati in Scienze Motorie. Il metodo Urban Fitness permette di tonificare i muscoli, aumentarne la potenza, ma anche favorire il dimagrimento e la diminuzione del mal di schiena. Non mancano, inoltre, programmi specifici dedicati a un target over 60 e protocolli studiati appositamente per coloro che praticano sport.

Urban Fitness è ad oggi in Italia l'unico metodo EMS certificato da una recente ricerca svolta in collaborazione con l'Università di Roma Tor Vergata.

STAND

CONTATTI
