

**ВЫБОР
месяца**

Йога для вас скучна? Важна правильная мотивация! Красивые аксессуары — отличный стимул.

ТОП ADIDAS BY STELLA MCCARTNEY

Тонкий трикотажный топ не будет стеснять ваши движения даже в самых сложных асанах!

Цена: 2 680 р.



СУМКА DIMENSIONE DANZA

Ее мягкие формы не ограничивают ваши фитнес-пристрастия: и коврик можно прихватить.

Цена: 6 000 р.



ТРИКОТАЖНЫЕ БРЮКИ LA REDOUTE

Плотный широкий пояс, струящаяся ткань... Все внимание на технику!

Цена: 1 199 р.



БЛОКИ ДЛЯ ЙОГИ HUGGER MUGGER

Специальные кирпичики обеспечивают надежную опору в разных позах.

Цена: от 875 р. за шт.



КОВРИКИ ДЛЯ ЙОГИ HUGGER MUGGER

Яркие и прочные коврики Nature Collection — еще один повод задуматься о занятиях йогой. Цена: 1 960 р.



Праздник фитнеса

28–29 ноября 2009 года в Москве в «УСК ЦСКА» при информационной поддержке и участии журнала SHAPE пройдет XVII Международная фитнес-конвенция INTERSPORT. Ежегодно мероприятие посещают более 4 тысяч человек. Это настоящий праздник для любителей активного и здорового образа жизни. Посетителей ждет интересная программа:

- ▶ Лучшие мировые инструкторы, «заряженные на аудиторию», продемонстрируют свое мастерство. Широкий выбор классов Asymmetric HiLo, Symetric Step, Total Conditioning, Hi-Lo-Pes Dance, Aero Dance, Free Dance, Step Fusion, Aero-explosion, Latin Jazz, Rhythm Dance Mix, Aerobic Dance, Low Impact и др.
- ▶ В рамках конвенции пройдут семинары по йоге с участием Доктора Раджива Чинтаман Шарангпани.
- ▶ Business Meeting с участием лидеров российской фитнес-индустрии.
- ▶ Все желающие совершенно бесплатно смогут посетить мастер-классы от ведущих фитнес-клубов Москвы.

Особое место в конвенции займет Фитнес-Выставка, на которой будут представлены новейшие достижения фитнес-индустрии, в том числе тренажеры, тонизирующие и восстанавливающие напитки, питание, одежда для фитнеса, специализированная литература и многое другое. Вход на выставку свободный.

Розыгрыш билетов на фитнес-конвенцию INTERSPORT на сайте www.shape.ru.

БАННЫЙ ДЕНЬ

46% россиян ищут долголетие не в диетах и спорте, а в бане! Парная — самый популярный способ поддержания здоровья в нашей стране. Как минимум треть опрошенных ходят туда исключительно ради оздоровления.*

* По данным ФОМ.

