## Программа «Экспресс-похудение»



Программа направлена на снижение веса, коррекцию фигуры, увеличение толерантности к физическим нагрузкам; освоение принципов здорового питания и выработку мотивации к заботе о своем здоровье. Программа рассчитана на 7 и 14 дней.

