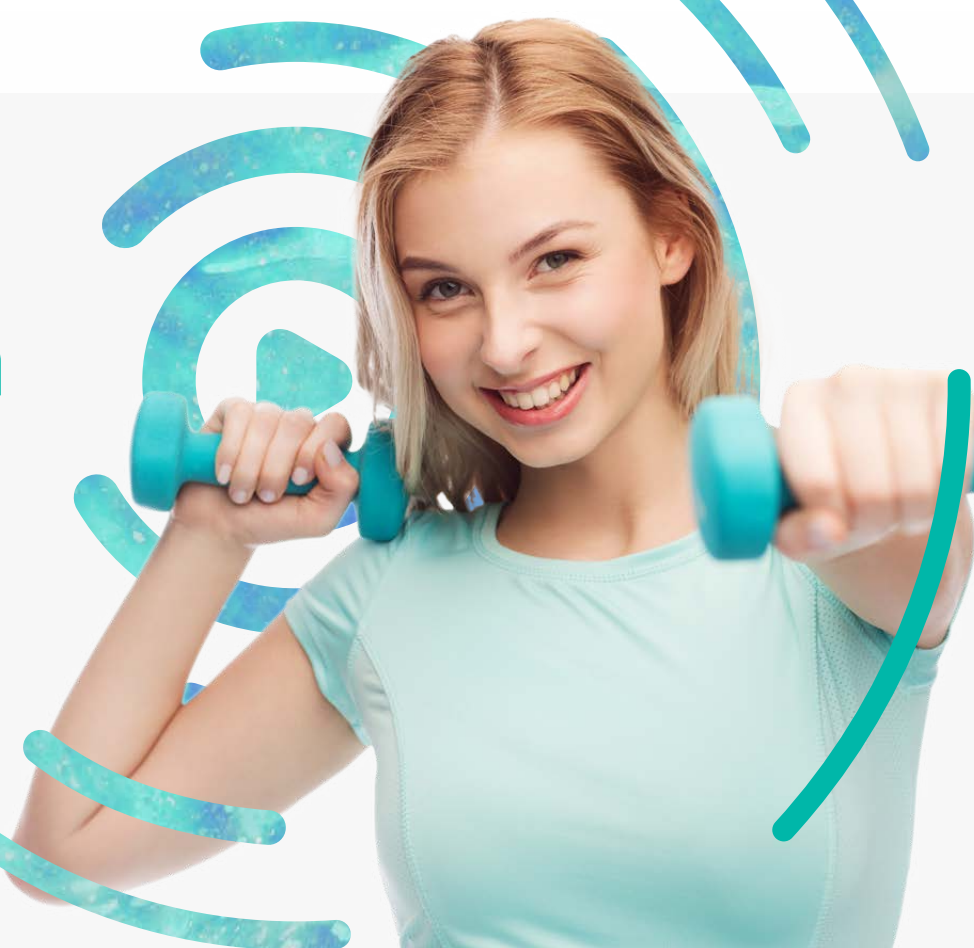


Platforma treningowa Yes2Move

Trenuj gdzie chcesz i kiedy masz na to ochotę!

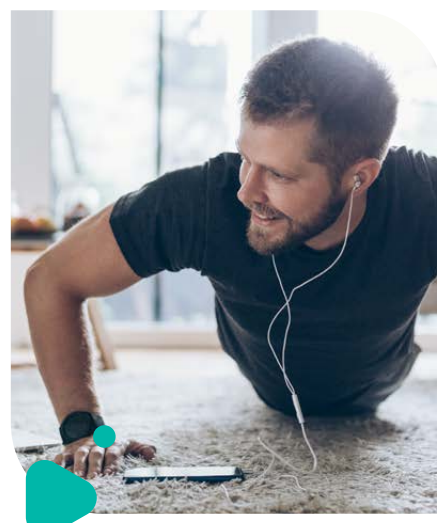


Yes2Move to nieograniczony dostęp do największej bazy treningów online w Polsce bez reklam.

Zdobywaj **cele bez wymówek!**

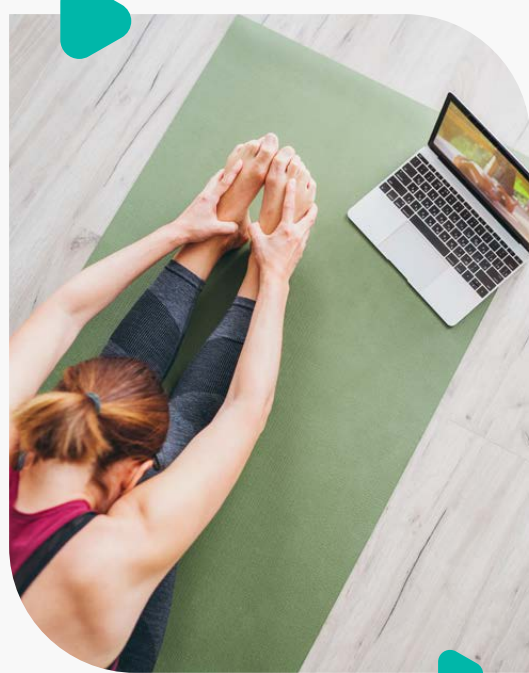
Jak to działa?

- ✔ Z platformą Yes2Move możesz ćwiczyć i budować formę z dowolnego miejsca, korzystając z gotowych planów treningowych.
- ✔ Możesz wybrać trening dopasowany do Twoich potrzeb i możliwości.
- ✔ Masz możliwość, aby zapisywać ulubione treningi i wracać do nich, kiedy tylko zechcesz!



Jak skorzystać?

1. Zaloguj się do Yes2Move przez konto MultiLife.
2. Wybierz swój trening na dziś.
3. Korzystaj do woli z wiedzy doświadczonych instruktorów i ćwicz tak, jak lubisz.



Co zyskujesz z **Yes2Move?**

- ✔ Przygodę sportową z najlepszymi trenerami z całej Polski.
- ✔ Ponad 1100 różnych treningów: budowanie siły, ćwiczenia cardio, ABT, joga, pilates, boks, taniec, zdrowy kręgosłup, stretching, treningi dedykowane dzieciom i wiele innych.
- ✔ Możliwość wyboru pojedynczego treningu lub całego zestawu treningowego.
- ✔ Dokładne instrukcje wykonywania ćwiczeń.
- ✔ Źródło motywacji i inspiracji do zdrowego życia.
- ✔ Dostęp do treningów prowadzonych w językach polskim i angielskim.

Powiedz tak **regularnej aktywności!**

Sprawdź więcej na:

www.multilife.com.pl/treningi-yes2move