

MARTIN RICHTER



TRÉNINKY FUNKČNÍHO FITNESS

Martin se věnuje silovému a funkčnímu tréninku se zaměřením na techniku, efektivitu a dlouhodobý progres.

Každý trénink přizpůsobuje individuálním cílům, tempu i možnostem klienta.



SPECIALIZACE

- silový a funkční trénink
- technika cviků & progresivní zátěž
- individuální tréninkové plány
- budování zdravých návyků (pohyb, strava, regenerace)

**„KAŽDÝ TRÉNINK TĚ POSOUVÁ BLÍŽ K SILNĚJŠÍ
VERZI SEBE.“**

martinrichter6@seznam.cz

+420 605 418 664