



ALLENATI CON ME

PERSONAL TRAINER

Cristian D'Ignazio

Definisciti con tre aggettivi: **Determinato - Sicuro - Brillante**

Curriculum:

Preparatore atletico sport da combattimento e di tecniche di difesa personale, cintura nera, istruttore di Kickboxing e Muay Thai, istruttore di tecniche di combattimento di attacco e difesa da coltello e bastone.

Specializzazioni:

Kick Boxing

Muay Thai

Full Contact

Kombat System

Street Defence

Panantukan

Mixed Martial

Military Training

Lotta in piedi corpo a corpo

Combattimento al suolo

Sport preferito: **Functional Fighter Training**

Attività preferita in Palestra: **Martial Arts**

Perché un socio dovrebbe fidarsi di te?

Ogni giorno prendi coraggio e inizi qualcosa che vorresti fare.

Focalizzati attentamente su di essa, senza farti distrarre da nulla.

Esegui subito, senza rimandarla a domani. Agisci!