

Los gimnasios Curves ofrecen promociones con motivo del comienzo de 2020

Los gimnasios Curves ofrecen interesantes promociones en las primeras inscripciones del año para mujeres que se proponen cuidar del cuerpo y la mente por medio del ejercicio físico

Son muchos los propósitos que se plantean para comienzos del año nuevo, entre los más comunes están los relacionados con los cuidados de la salud, por eso son muchas las mujeres que deciden comenzar el año proponiéndose cumplir con nuevos objetivos como cuidar de sus hábitos de alimentación, dejar de fumar o hacer ejercicio. Todos estos propósitos llegan justo después de las navidades en las que se suceden las reuniones familiares y las cenas de empresa.

Es a principios de año, cuando muchos de los objetivos que se marcan muchas mujeres para el nuevo año están estrechamente relacionados con el cuidado de la salud. El ejercicio físico es el camino más escogido para obtener resultados ya que ofrece múltiples beneficios para el organismo.

La marca Curves de gimnasios para mujeres, aprovecha este comienzo de año para ofrecer promociones a todas aquellas mujeres que quieren comenzar el nuevo año cuidando de su cuerpo y mente. Dentro de su oferta, ofrecen 5 sesiones de entrenamiento gratuitas dirigidas por una entrenadora personal para animar a muchas mujeres a dar el paso que necesitan para apuntarse al gimnasio.

Son muchas las cadenas de gimnasios que disponen de interesantes ofertas en estos inicios de año, por ello es una época donde aumentan las inscripciones ya que son espacios donde el entrenamiento y el ejercicio físico son mucho más accesibles para mujeres que no disponen de mucho tiempo en su día a día.

Según los gimnasios Curves, sólo son necesarios 30 minutos de entrenamiento al día para mantener un buen estado tanto físico como mental. Por este motivo, dentro de los planes que ofrecen, los más solicitados son los entrenamientos de 30 minutos que aseguran beneficios generales para el organismo y la mente.

Las clientas de Curves declaran que son las muchas ventajas que obtienen gracias a estos programas de entrenamiento con los que consiguen un bienestar general tanto en cuerpo como mente, activando la generación de endorfinas o bajando los niveles de estrés y ansiedad.

Datos de contacto:

Curves

+34 91 487 21 74

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Sociedad](#) [Otros deportes](#) [Fitness](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>