

Oznojite se prije ljeta, kako se ne biste 'preznojavali' na plaži!

Kategorija: MAGAZINAŽurirano: Utorak, 30 Travanj 2019 18:00
Objavljeno: Utorak, 30 Travanj 2019 17:57

#TRENIRAJ! JEDI! ŽIVI!#

Nakon lansiranje prvog i jedinstvenog multidisciplinarnog fitness koncepta LeeZona ONLINE, Sanja je, kako je i najavila svim članovima LeeZona zajednice, osmislila novi program MetaLive! kojim će obogatiti ovu, već raznoliku, ponudu.

Sanja: “Kada smo kretali s LeeZonom ONLINE, pristupili smo konceptu kao “živoj materiji “ s ciljem da kontinuirano nadograđujemo i širimo svoju ponudu kroz 3 glavne smjernice: TRENIRAJ! JEDI! ŽIVI! , ali i inovativnim dodatnim sadržajima kojima planiramo nadopuniti naše programe kao i besplatni sadržaj na našem portalu www.leezona.rtl.hr. Željeli smo ljudima pružiti sve potrebne alate za uspješnu i trajnu životnu promjenu. Smatramo kako smo u tome uspjeli. Kao nacija imamo poražavajuće rezultate u kontekstu pretilosti i općenito bavljenja fizičkim aktivnostima, misija LeeZone, između ostalog je i popraviti te statistike te pokrenuti ljude da uhvate taj val promjene!”

[>>>>>Zaviri u LeeZona ONLINE OVDJE!](#)

TRENIRAJ!

MetaLIVE! Kao i svi dosadašnji programi LeeZone, snimljen je u realnom vremenu, ali ovaj put, uz Sanju vježbaju i bivši kandidati Života na vagi, te klijenti LeeZone , a danas licencirani fitness instruktori , koji su pravi primjer kako je moguće promijeniti svoj život iz temelja. Sve što vam je potrebno je malo volje i par klikova mišem – za sve ostalo, pobrinuo se LeeZona Team.

Sanja: “Htjeli smo ljudima koji će vježbati s nama pokazati kako to zaista izgleda kad se izvodi trening od 35 – 45 minuta bez pauza. Htjeli smo da vide da je i nama teško, ali i da nema odustajanja! Želimo im biti potpora u svakom trenutku. Među vježbačima su nekad pretile osobe, treneri i “ obični ljudi” koji izvode 3 različite inačice vježbi, prema fizičkoj spremi i mogućnostima – tako da isprika nema! MetaLIVE! je za sve!

Treninzi će se objavljivati na tjednoj bazi kroz 6 tjedana, a svaki tjedan bit će praćen mojim kratkim video predavanjem te izrazito velikom aktivacijom na društvenim mrežama na kojima ćemo objavljivati sav popratni sadržaj projekta, zaviriti iza kulisa snimanja, nagraditi naše najvjernije pratitelje te vas iznenaditi svaki dan iznova ☺.”

Osim drugačijeg pristupa vježbanju, MetaLIVE! ujedno je i najzahtjevniji te najraznolikiji program LeeZone koji će Vam nedvojbeno pomoći da se probudite iz zimskog sna i pripremite se aktivnije i sunčanije dane koji su pred nama ☺ .

[>>>>>Isprobaj svoj prvi LeeZona trening BESPLATNO!](#)

JEDI!

Kako smo već napomenuli, LeeZona ONLINE je multidisciplinarni koncept, pa tako uz novi program treninga, dolaze i dva potpuno nova jednodjelnika uz obavezne recepture i shopping liste – kako bi Vam maksimalno olakšali pripremu zdravih i ukusnih obroka. Ovog puta i najzahtjevniji će pronaći nešto za sebe, jer riječ je o BEZGLUTENSKOM i VEGANSKOM

Oznojite se prije ljeta, kako se ne biste 'preznojavali' na plaži!

Kategorija: MAGAZINAŽurirano: Utorak, 30 Travanj 2019 18:00
Objavljeno: Utorak, 30 Travanj 2019 17:57

jelovniku.

Sanja: "Prehrana je najvažniji faktor u promijeni životnog stila, ne samo zbog kontrole kilograma, već i zbog cjelokupnog zdravstvenog stanja. Sada je već opće poznato da 90% bolesti, proizlazi iz "loše" hrane koju konzumiramo na dnevnoj bazi. Govorim naravno o popularnom "junk foodu", ali i o industrijski prerađenoj hrani punoj aditiva, dodanih šećera i sl. To je hrana lišena bilo kakvih nutritivnih vrijednosti. "Ono si što jedeš" danas vrijedi više nego ikad prije. Zbog toga zaista ozbiljno pristupamo svakom našem jelovniku koje razvijamo u suradnji s nutricionistom, te se trudimo učiniti ih što zanimljivijima i ukusnijima, ali najvažnije ZDRAVIMA I HRANJIVIMA! Već imamo dva regularna i jedan peskatarijanski jelovnik, a sada smo tu ponudu dodatno proširili. "

[>>>>Izračunaj svoj BMR i znaj da su svi LeeZona jelovnici prilagođeni tvom BMR-u!](#)

ŽIVI!

U trećem dijelu ovog jedinstvenog LeeZona koncepta, dolazimo do dijela ŽIVII, a on se odnosi na brigu o svom duhovnom i mentalnom zdravlju, te tako svi članovi LeeZone imaju kao dio programa priliku slušati nekoliko različitih vizualizacija i vježbi disanja, tj. mentalnog treninga, a koji služe postizanju i održavanju fokusa te poboljšanju općeg psihofizičkog stanja

Doživi pravu promjenu i rezultate!

LeeZona ONLINE uskoro slavi svoj 1.rođendan, te će u to ime svim svojim trenutnim članovima pokloniti novi program MetaLIVE! koji će se na njihovim LeeZona profilima pojaviti 6.5.2019. kada će se tključati prvi tjedan programa. A svima koji još razmišljaju, dok iščekujemo novi program, LeeZona je u ponudu stavili promotivni MetaLIVE! paket za kupnju LeeZone ONLINE –a programa s popustom od čak 45%!

Sanja: "Jako sam ponosna na godinu iza nas, postigli smo puno, a najbolje tek dolazi. Želimo da što više ljudi uhvati val promjene, ali i da ostane na njemu! Zato toplo preporučujem da iskoristite ovaj naš slavljenički trenutak jer Vam obećajem da nećete otići razočarani! Dok čekate MetaLIVE! iskušajte jedan od već postojećih 6 programa treninga koji su dio LeeZone ONLINE i zagrijte se za najuzbudljiviji program do sad ☺!

[Pridruži se tisućama već zadovoljnih korisnika LeeZone ONLINE!](#)

(iPress.rtl.hr)

Oznojite se prije ljeta, kako se ne biste 'preznojavali' na plaži!

Kategorija: MAGAZINAžurirano: Utorak, 30 Travanj 2019 18:00

Objavljeno: Utorak, 30 Travanj 2019 17:57



Oznojite se prije ljeta, kako se ne biste 'preznojavali' na plaži!

Kategorija: MAGAZINAŽurirano: Utorak, 30 Travanj 2019 18:00

Objavljeno: Utorak, 30 Travanj 2019 17:57



Oznojite se prije ljeta, kako se ne biste 'preznojavali' na plaži!

Kategorija: MAGAZINAžurirano: Utorak, 30 Travanj 2019 18:00

Objavljeno: Utorak, 30 Travanj 2019 17:57

