



UNITY  
MOM



# “Dobro došli UNITY MOM-program.”

## O programu

Dobrodošle u naš program treninga za trudnice - mjesto gdje se posvećujemo vašem fizičkom i emocionalnom blagostanju tokom vašeg blagoslovljenog putovanja majčinstva. Naš cilj je pružiti vam podršku, motivaciju i sigurnost kroz svaki korak trudnoće, dok se pripremate za dolazak vaše bebe.



Naš program "UNITY MOM" je osmišljen s posebnim naglaskom na zdravlje i dobrobit trudnica. Pod vodstvom našihiskusne trenerice, svaka vježba je pažljivo prilagođena vašim individualnim potrebama i fizičkom stanju u različitim fazama trudnoće.

Svaki mjesec, kroz tromjesečja trudnoće, fokusiramo se na vježbe jačanja koje će pripremiti vaše tijelo za porod, olakšati bolove i neugodnosti, te ojačati mišiće potrebne za podršku tokom trudnoće i porođaja. Također, radimo vježbe disanja koje su ključne za smirenost i kontrolu tokom porođaja.

Naša trenerica je tu da vam pruži podršku, savjete i motivaciju.

# Kupovinom ovog programa dobit ćete sveobuhvatnu podršku koja će vas dovesti do željenih rezultata:

1. Detaljna analiza početnog stanja: Naši treneri će temeljito procijeniti vaše trenutno fizičko stanje, prehrambene navike i ciljeve kako bismo stvorili individualizirani plan za vas.
2. Personalizirane smjernice za prehranu: Naši treneri će vam pružiti smjernice za prehranu koje su prilagođene vašim ciljevima, preferencijama i potrebama, zajedno s receptima i savjetima za uravnoteženu prehranu.
3. Uz naš program, imate mogućnost izgradnje detaljnog plana prehrane koji je potpuno prilagođen vašim individualnim potrebama i ciljevima.
4. Napredno praćenje napretka: Kroz napredne metode kao što su pulsmetri, dodatna testiranja i kontinuirana analiza podataka, pratit ćemo vaš napredak kako bismo osigurali da postićete svoje ciljeve na najefikasniji način.
5. Inspirativni grupni trening: Naši grupni treninzi u malim grupama od 2 do 4 osobe pod nadzorom iskusnih trenera ne samo da pružaju fizički izazov, već i podršku i motivaciju od ostatka grupe.




UNITY MOM


## Nastavak obogaćenih sadržaja ovog programa:


- Kontinuirana podrška i motivacija: Uz naš program, nećete biti sami na vašem putu ka ciljevima. Pružamo vam neprekidnu podršku i motivaciju tijekom cijelog trajanja programa kako biste ostali fokusirani i inspirisani. Naš tim je uvijek tu za vas. Pružamo vam podršku i komunikaciju tijekom cijelog trajanja paketa, tako da možete biti sigurni da niste sami u vašem putovanju.
- Povlaštene cijene na proizvode proteini.si: Kao naš klijent, dobivate ekskluzivne popuste od 20 do 40% na proizvode proteini.si, kao i dodatne popuste na naše suplemente i dodatke prehrani.
- Popusti na Unity događaje i rokovnik: Ostvarujete pristup popustima na Unity događaje i dobivate Unity rokovnik dizajniran da vam pomogne u postizanju vaših ciljeva.
- Uz kupovinu "Unity Focus" programa, dobijate dodatnu podršku u obliku "Unity" majice i flaširane vode. Ova gesta nije samo simbolična, već je i praktična podrška koja će vas inspirirati i motivirati tokom vašeg fitness putovanja. "Unity" majica će vas podsjećati na vašu posvećenost i snagu, dok će flaširana voda biti vaš vjerni pratilac tokom treninga i svakodnevnih aktivnosti.
- Pristup trenerima putem Unity aplikacije: Naši treneri su uvijek dostupni za komunikaciju putem naše Unity aplikacije. Pružit će vam dodatne savjete i podršku kako biste ostali u procesu i ostvarili svoje ciljeve.
- Dodatne video vježbe za disanje i životne alate: Po potrebi, dobivate pristup dodatnim video vježbama koje se fokusiraju na disanje i pružaju vam korisne alate za svakodnevni život.
- Fleksibilne opcije trajanja programa:



*U UNITY MOM " nije samo riječ o fizičkom treningu, već i o stvaranju zajednice podrške i razumijevanja među budućim majkama. Spremne ste osjetiti snagu, sigurnost i radost majčinstva? Pridružite nam se na putovanju ka zdravoj i sretnoj trudnoći!*

 +387 61/658-558

 Mala Lisa / Cazin 77220

 [www.unity2017.com](http://www.unity2017.com)

 [unity.2017](https://www.instagram.com/unity.2017)