



Herečka Andrea Kerestešová, kterou trápí chronický nedostatek času, ale polevit v žádné své aktivitě nehodlá, plní své novoroční předsevzetí s předstihem. Začala proto již v prosinci pravidelně trénovat v BodyBody. Andrea Kerestešová patří mezi nejkrásnější, ale i nejvytíženější herečky. Její přirozenou krásu, postavu a elán obdivují všichni.

Po jejích třicátých narozeninách začal život postupně nabírat správný směr a Andrea nechce ponechat nic náhodě. Snad jako každý dává si i Andrea do nového roku předsevzetí. To na rok 2016 – pravidelně cvičit - ale začala plnit již v prosinci. V lednu ji totiž čeká nová role v seriálu a tak bude v jednom kole. **„Hledala jsem něco rychlého a efektivního“**, uvedla Andrea. A právě to našla ve studiu BodyBody Florentinum, kde začala trénovat pod dohledem trenéra Pavla Svetlošáka.

„Trpím chronickým nedostatkem času a tak je pro mě BodyBody trénink ideálním řešením“, dodává Andrea. BodyBody trénink procvičí díky elektrické stimulaci svalů za 20 minut až 90% svalů. To, že za dva tréninky ušetří až 5 hodin, které by musela trávit v posilovně, Andreu nadchlo.

„Nemám ráda přeplněná fitness studia, takže při výběru místa pro mě bylo zásadní soukromí. Ve volných dnech mám spoustu zařizování, kdy se pohybuji MHD a na tréninky do studia BodyBody si nepotřebuji vůbec nic nosit, vše tam dostanu. Mohu se tak kdykoliv rozhodnout a jít si zacvičit třeba po cestě domů nebo na schůzku,“ říká Andrea.

Andrea Kerestešová cvičí s trenérem

Pátek, 08 Leden 2016 22:06 - Aktualizováno Sobota, 09 Leden 2016 22:12

