

SERVIÇOS

- **SUB-TITULOS DO MENU: SERVIÇOS**

Personal Trainer, Nutricionista, Pilates, Yoga, Artes Marciais e Pilates

- Um banner inicial em cada página

- **PERSONAL TRAINER**

(Explicar a função do personal trainer em geral e benefícios de se ter um acompanhamento)

- Treinamento Funcional
- Idosos
- Gestante
- Emagrecimento
- Hipertrofia
- Preparação Física para Concursos

- **NUTRICIONISTA**

(Explicar o benefício de um acompanhamento nutricional)

- Nutrição Esportiva
- Nutrição Clínica
- Emagrecimento
- Hipertrofia
- https://www.nutricionistarenatogomes.com/?gclid=Cj0KCQjw6_vzBRCIARIsAOs54z4dxCSB0v_vlnzTMKIncNfCHStHhrxKmHZSjXPDhpc0ePEX8FQX5DoYaAgx2EALw_wcB

- **PILATES**

(Explicar o que é pilates e seus benefícios, citar exercícios mais famosos)

- **ARTES MARCIAIS**

(Explicar o que é, e quais benefícios em se praticar luta, citar lutas e golpes mais populares)

- YOGA

(Explicar o que é Yoga, quais seus benefícios e citar exercícios)

- DANÇA

(Explicar os benefícios de se praticar dança como exercício físico, citar danças mais populares)