

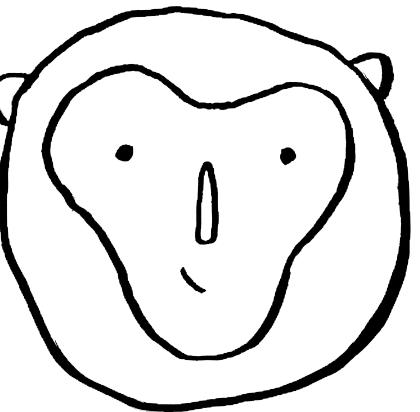
Identidade Visual

Hormesis Calistenia

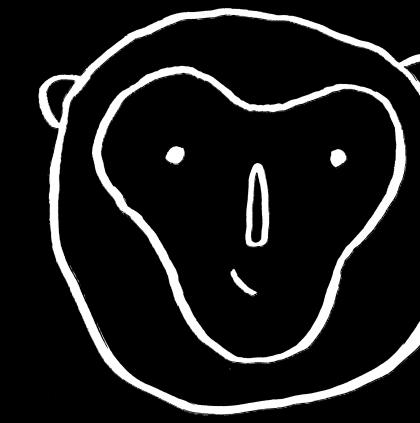
Identidade visual

elementos gráficos

logo

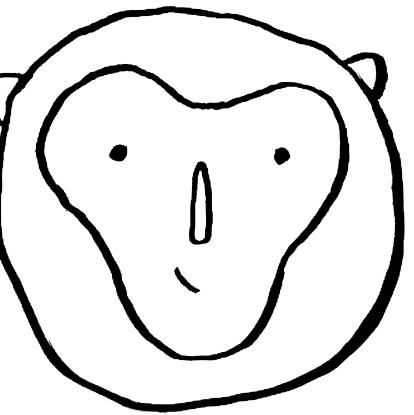


Hormesis



Hormesis

logo com assinatura



Hormesis
calistenia

logo versão horizontal



Ilustração ícone

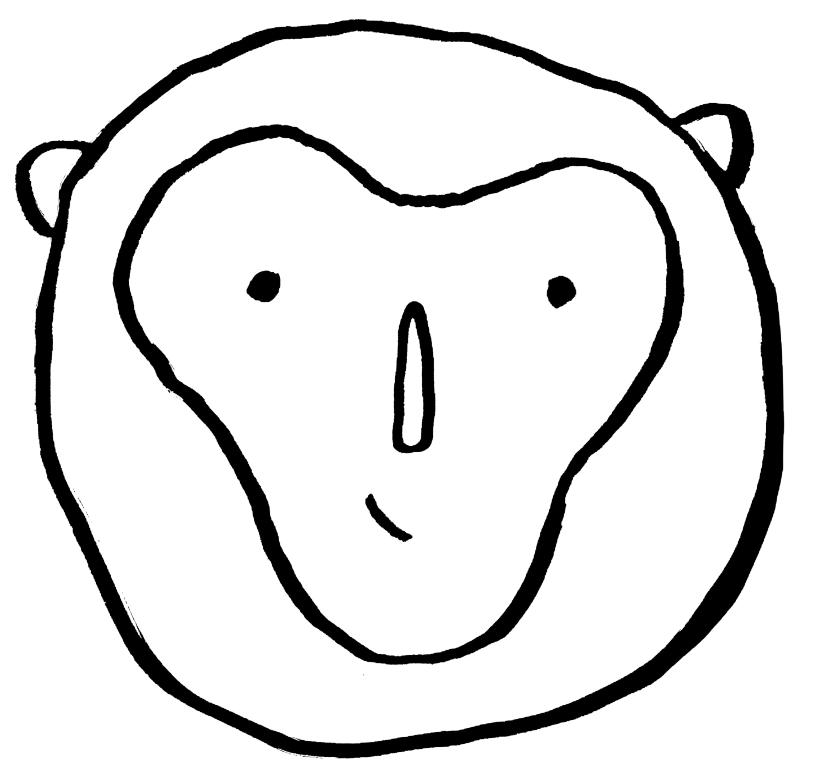
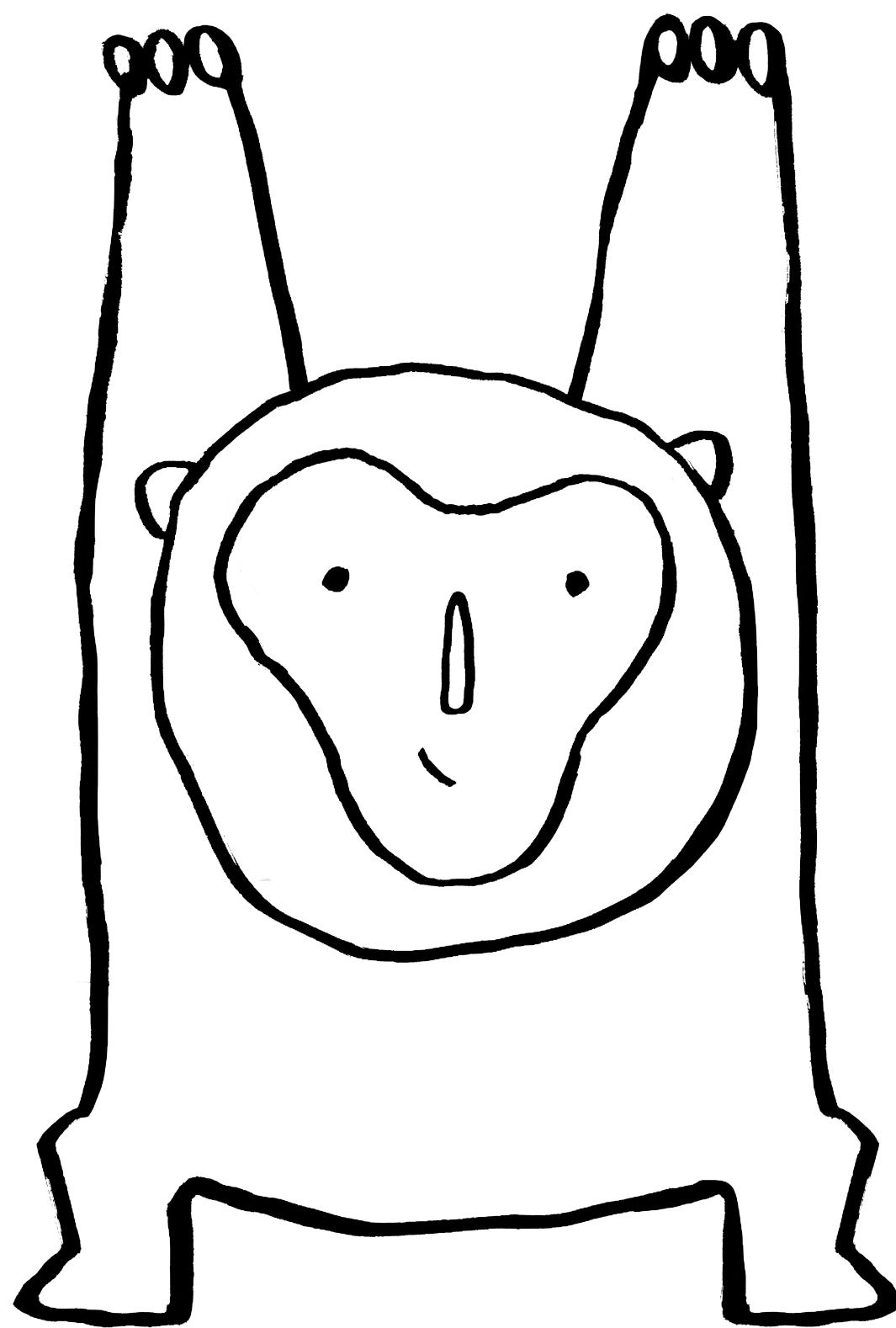


Ilustração total



cores

Cru

Cinza-Verde

Laranja

Preto

Oliva

Militar

Terra

Greycliff CF

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
0123456789

Greycliff CF

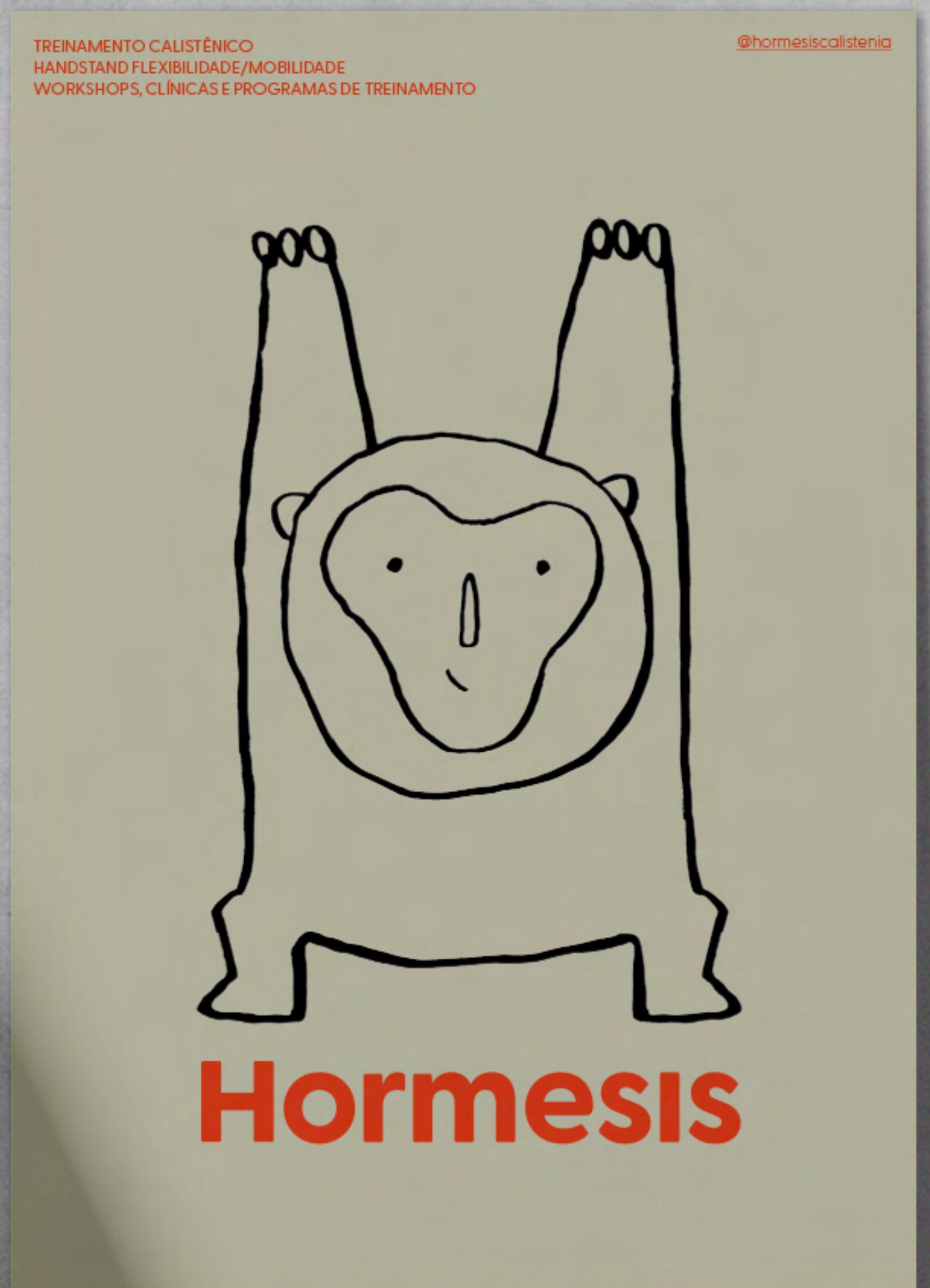
ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
0123456789

Comunicação

aplicações gráficas

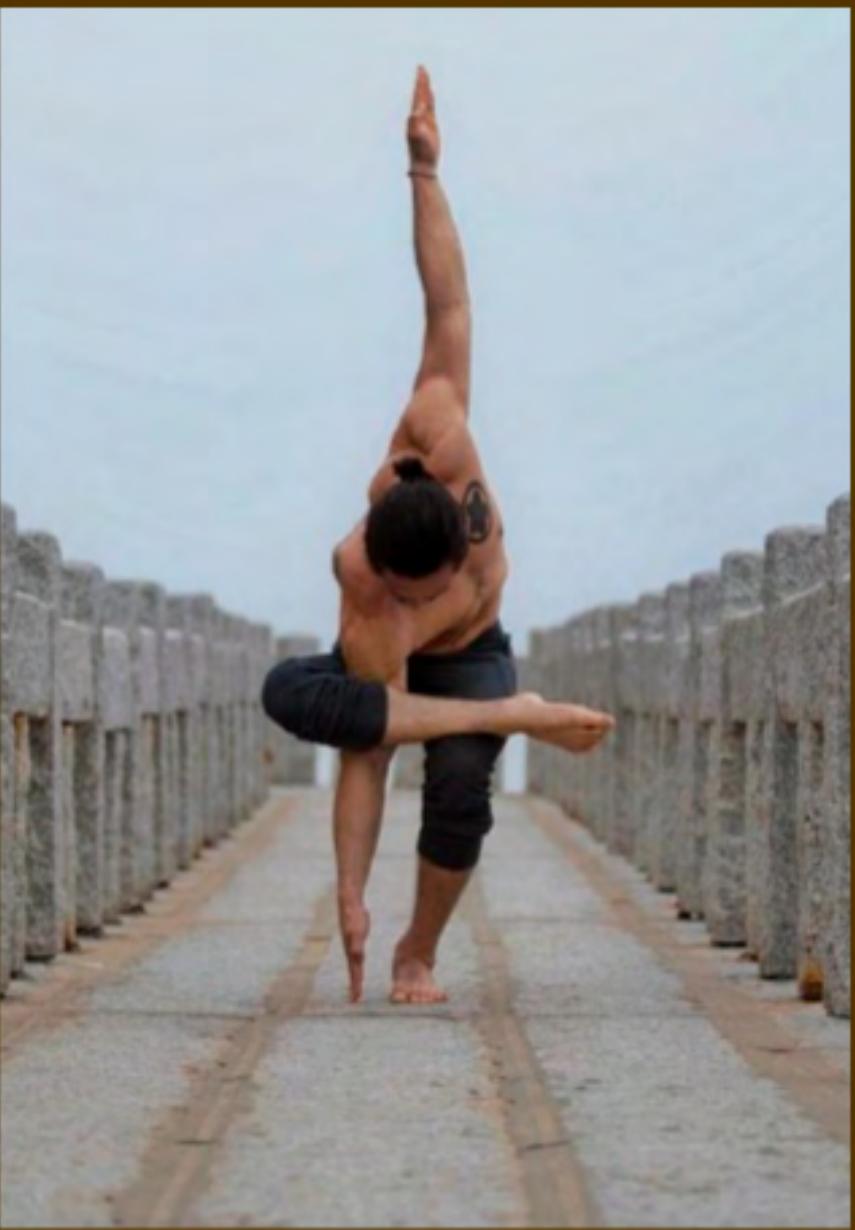


cartaz



cartaz

GINÁSTICA, PARADAS DE MÃO,
ARGOLA, PUXADAS EM BARRA,
ALONGAMENTO, CORRIDA,
GINÁSTICA NATURAL.



Hormesis

Hormesis



estruturado

flexível

curioso

[feed instagram](#)



Hormesis Calistenia

seguidores
20k

seguindo
3

Treinamento calistênico
Handstand
Flexibilidade/mobilidade
Workshops, clínicas e programas de treinamento

conheça
um pouco mais
sobre nós >

Quem Somos

Confira nossos horários nos destaques



Tuck Planche
PRANCHA AGRUPADA

Um dos objetivos da equipe Hormesis Calistenia é desenvolver caminhos seguros e bem direcionados para que as pessoas conquistem o seu melhor potencial.

O (tuck planche) ou prancha agrupada deve ser construído dentro de uma série de exercícios que vão de levar até lá, ou até mesmo, para uma (full planche) ou prancha completa para quem quer se desafiar mais.



Práticas

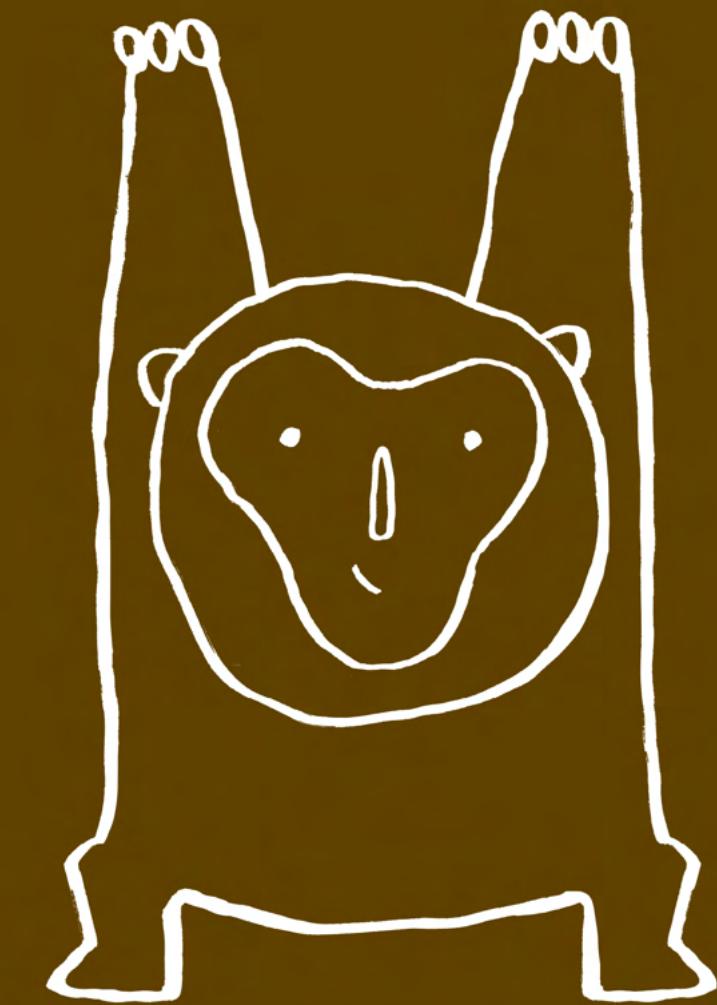
ginástica argola parada de mão puxadas em barra ginástica alongamento corrida ginástica

Flexibilidade
Dicas e práticas rápidas >

estruturado flexível curioso



hormesiscalistenia



Nossas Práticas



hormesiscalistenia

Tuck Planche

PRANCHA AGRUPADA

Um dos objetivos da equipe Hormesis Calistenia é desenvolver caminhos seguros e bem direcionados para que as pessoas conquistem o seu melhor potencial.

O (tuck planche) ou prancha agrupada deve ser construída dentro de uma série de exercícios que vão de levar até lá, ou até mesmo, para uma (full planche) ou prancha completa para quem quer se desafiar mais.



hormesiscalistenia

Tuck Planche



Hormesis
calistenia

camiseta crua



camiseta laranja

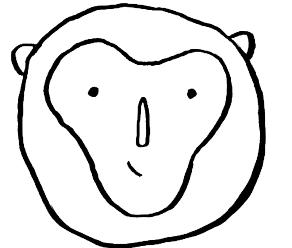


tote bag



R e s u m o

Identidade e elementos

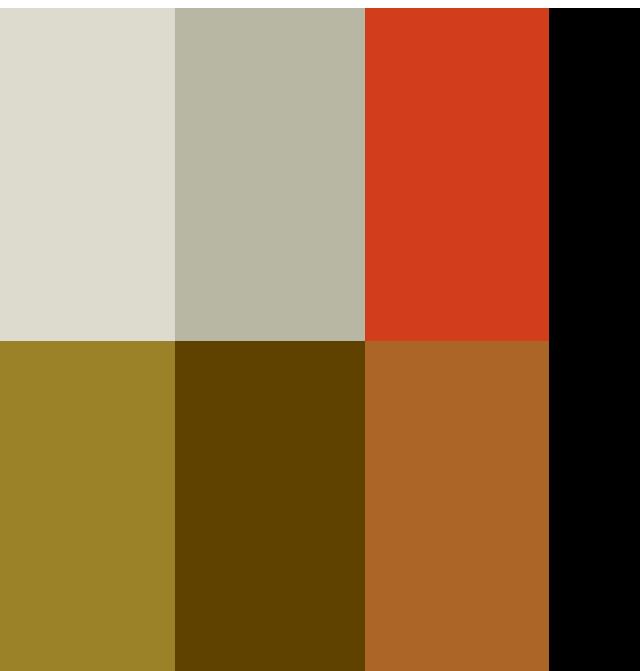


Hormesis
calistenia

Logo



Cartaz



Cores



Camiseta

Greycliff CF

ABCDEFGHIJKLMNPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
0123456789

Greycliff CF

ABCDEFGHIJKLMNPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
0123456789

Tipografia



Bag

