



Seu corpo em forma

Faça treinamento funcional e faça seu corpo se mexer

[Saiba mais](#)


Treinamento funcional

O treinamento funcional baseia-se no movimento natural do ser humano como correr, pula e empurrar.

[Saiba mais »](#)


Treino físico

Treinamento de cada grupo muscular trabalhado duas vezes na semana usando aparelhos de academia.

[Saiba mais »](#)


Ioga

É um conceito que se refere às tradicionais disciplinas físicas e mentais originárias da Índia.

[Saiba mais »](#)

"Uma hora antes da academia: cansaço e vontade de ficar em casa.
Uma hora depois da academia: aquele sentimento maravilhoso de dever cumprido."

Conheça nossos planos

Básico

R\$50/mês

Treino 2 dias da semana
Acompanhamento de personal trainer
Aulas de spinning inclusas
Teste físico gratuito

[Contrate esse plano](#)

Pro

R\$80/mês

Treino 4 dias da semana
Acompanhamento com personal trainer e nutricionista
Aulas de spinning e ioga inclusas
Teste físico gratuito

[Contrate esse plano](#)

Enterprise

R\$130/mês

Treino 7 dias da semana
Acompanhamento com personal trainer, nutricionista e psicóloga
Aulas de spinning, ioga e zumba inclusas
Treinamento funcional e cross-fit
Teste físico gratuito

[Contrate esse plano](#)

"Energia! Lembre dos seus objetivos e não desista: o esforço de hoje será recompensado."

Quer saber mais? Entre em contato

Nome

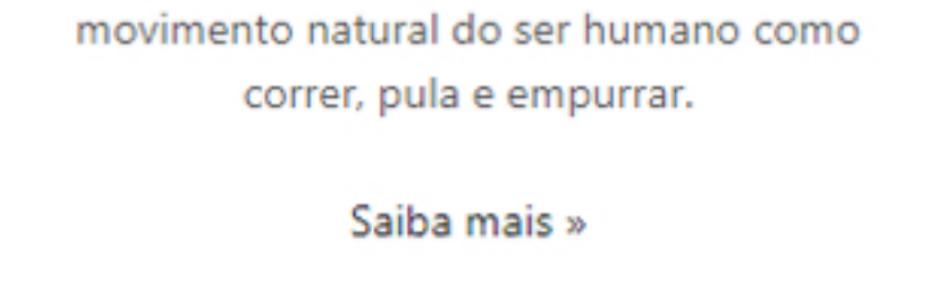
Email

Não compartilharemos seu e-mail com ninguém.

Mensagem

Eu aceito receber notícias por e-mail com promoções

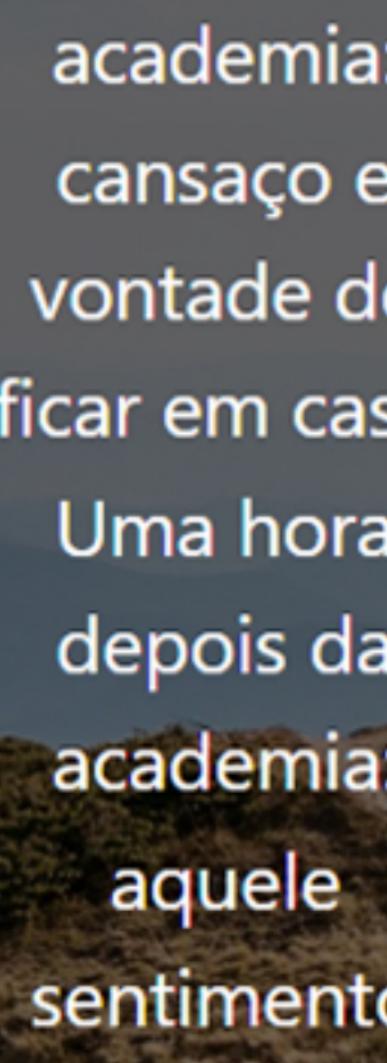
[Enviar](#)



Seu corpo em forma

Faça treinamento funcional e faça seu corpo se mexer

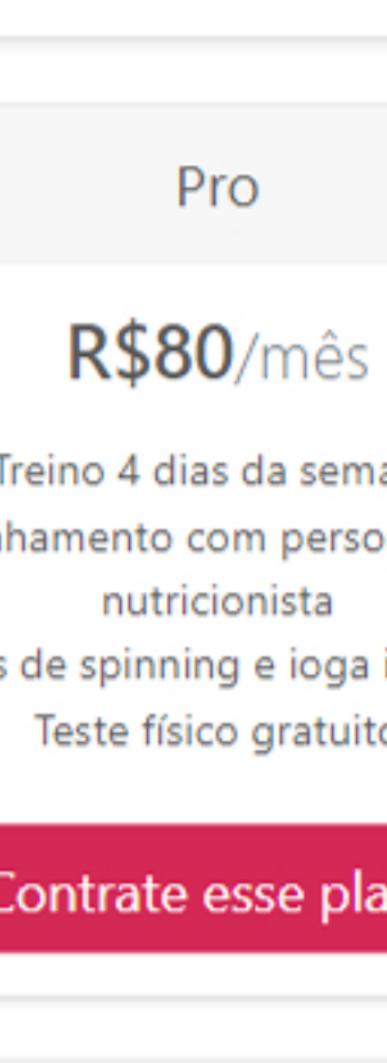
[Saiba mais](#)



Treinamento funcional

O treinamento funcional baseia-se no movimento natural do ser humano como correr, pular e empurrar.

[Saiba mais »](#)



ioga

É um conceito que se refere às tradicionais disciplinas físicas e mentais originárias da Índia.

[Saiba mais »](#)



"Uma hora antes da academia:

cansaço e vontade de

ficar em casa.

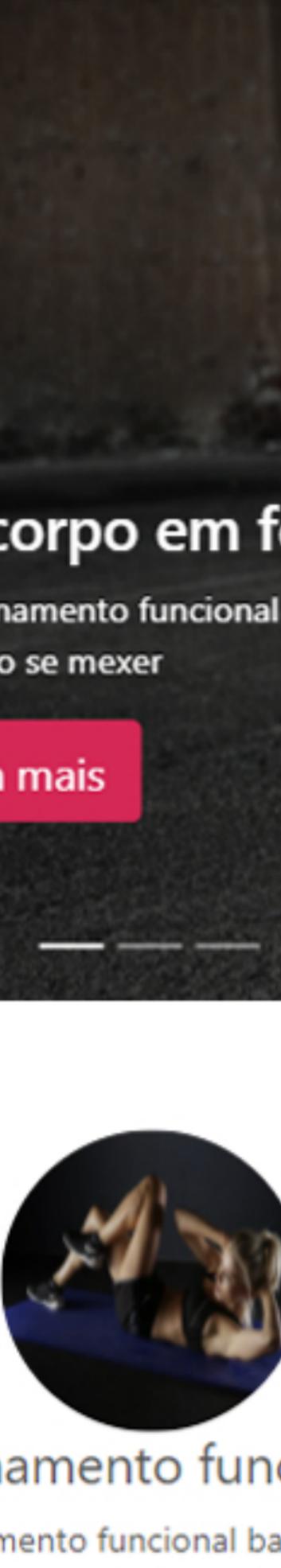
Uma hora depois da academia:

aquele sentimento maravilhoso

de dever cumprido."

Conheça nossos planos

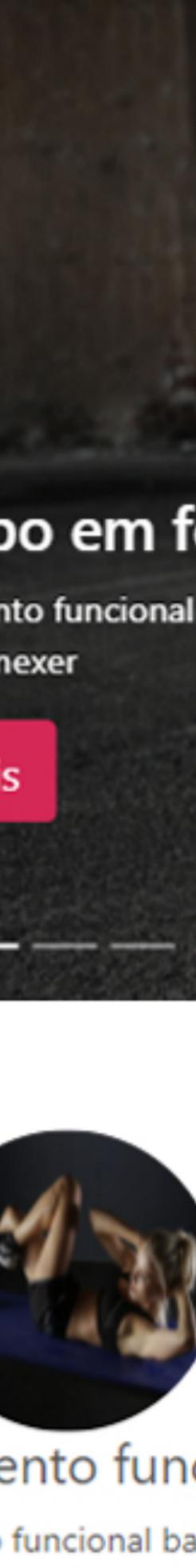
Básico



R\$50/mês

Treino 2 dias da semana
Acompanhamento de personal trainer
Aulas de spinning inclusas
Teste físico gratuito

[Contrace esse plano](#)

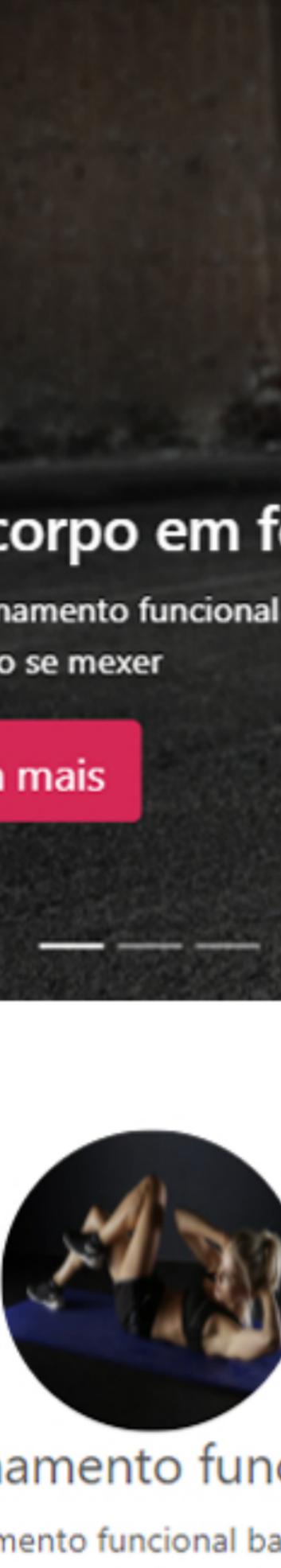


Pro

R\$80/mês

Treino 4 dias da semana
Acompanhamento com personal trainer e nutricionista
Aulas de spinning e ioga inclusas
Teste físico gratuito

[Contrace esse plano](#)

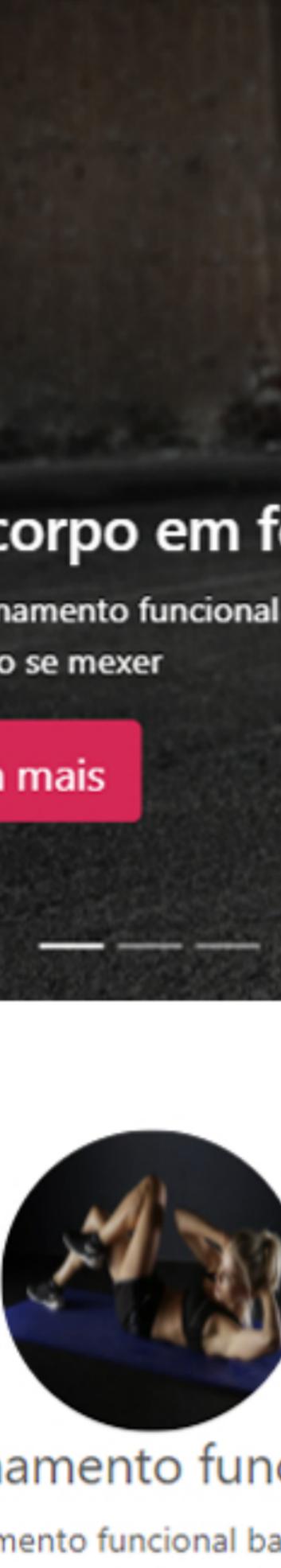


Enterprise

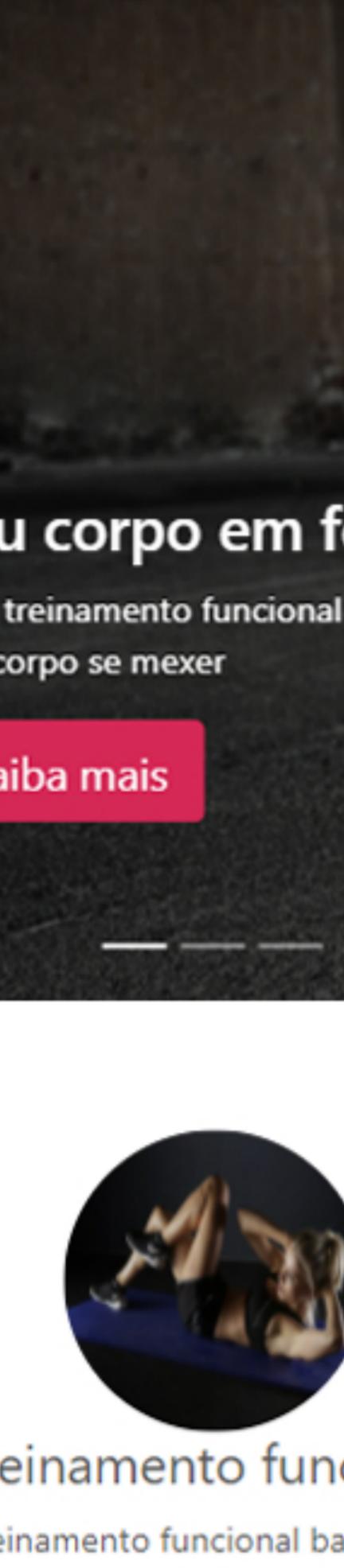
R\$130/mês

Treino 7 dias da semana
Acompanhamento com personal trainer, nutricionista e psicóloga
Aulas de spinning, ioga e zumba inclusas
Treinamento funcional e cross-fit
Teste físico gratuito

[Contrace esse plano](#)



"Energia! Lembre dos seus objetivos e não desista: o esforço de hoje será recompensado."



Quer saber mais? Entre em contato

Nome

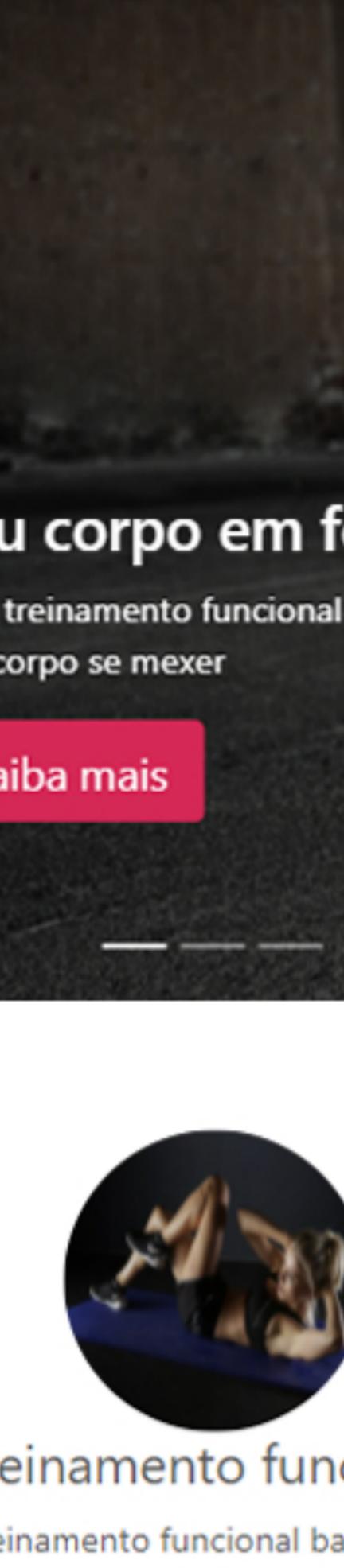
Email

Não compartilharemos seu e-mail com ninguém.

Mensagem

Eu aceito receber notícias por e-mail com promoções

[Enviar](#)



Fitness © 2021 - Todos os direitos reservados. [Voltar ao início](#)

Instruções:

- Todos os botões com o fundo preenchido com a cor principal (crimson, #d52856) têm que ter o efeito :hover de forma que mude a cor de fundo de #d52856 para #b52249
- Os links e botões não precisam direcionar para lugar algum, com exceção do link “Voltar ao início” no rodapé
- Quando passar o mouse sobre os botões e links, o cursor do mouse deve aparecer como cursor: pointer
- Importante colocar os <input> e <label> de forma acessível

Ao passar o mouse sobre as três imagens abaixo, elas devem aumentar a altura e largura de forma suave

de 140px para 200px



Treinamento funcional

O treinamento funcional baseia-se no movimento natural do ser humano como correr, pula e empurrar.

[Saiba mais »](#)



Treino físico

Treinamento de cada grupo muscular trabalhado duas vezes na semana usando aparelhos de academia.

[Saiba mais »](#)



Ioga

É um conceito que se refere às tradicionais disciplinas físicas e mentais originárias da Índia.

[Saiba mais »](#)

As <div> abaixo devem ter o fundo com a imagem escurecida e com efeito parallax.

"Uma hora antes da academia: cansaço e vontade de ficar em casa,

Uma hora depois da academia: aquele sentimento maravilhoso de dever cumprido."

"Energia! Lembre dos seus objetivos e não desista: o esforço de hoje será recompensado."



Home

Pesquisar



Seu corpo em forma

Faça treinamento funcional e faça seu corpo se mexer

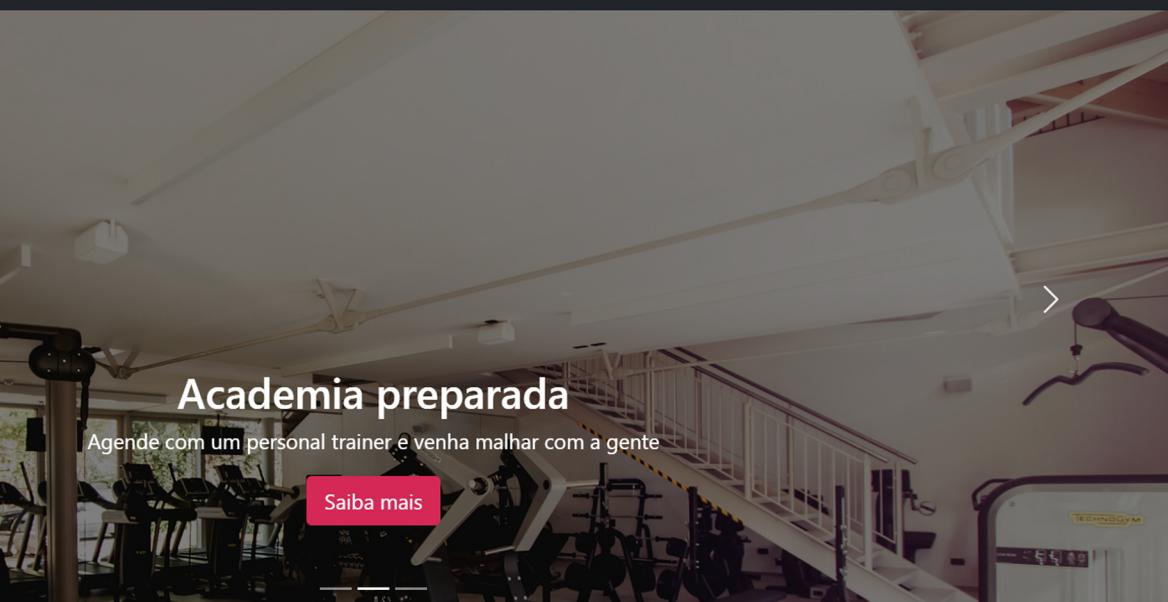
[Saiba mais](#)

Cabeçalho com imagem escurecida carrossel 2



Home

Pesquisar

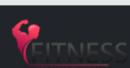


Academia preparada

Agende com um personal trainer e venha malhar com a gente

[Saiba mais](#)

Cabeçalho com imagem escurecida carrossel 3



Home

Pesquisar



Você em paz com seu corpo

Venha fazer aulas de ioga e se liberte do estresse do dia-a-dia

[Saiba mais](#)