

Après le BOLLY AEROBIC, Bolly Deewani lance le BOLLY TRAINING, une discipline ludique pleine d'énergie

Après le lancement en France du concept de **Fitness Bollywood** et de sa discipline phare le BOLLY AEROBIC, Bolly Deewani enrichit son panel d'activités avec le **BOLLY TRAINING**.



©OPDC pour Bolly Deewani



BOLLY TRAINING

Qu'est-ce que le BOLLY TRAINING ?

Le **BOLLY TRAINING®** est un **subtil mélange** d'exercices de **renforcement musculaire** et de phases cardio composées de **mouvements de danse indienne**, le tout rythmé à la sauce Bollywood. Cette alternance permet de se renforcer tout en s'affinant. Une activité 100% **énergie**, 100% **Bollywood**, 100% **silhouette** !

Le BOLLY TRAINING s'inscrit dans le concept de **Fitness Bollywood**, qui consiste à **indianiser le fitness** et le rendre plus **exotique, artistique et ludique**, le tout dans une ambiance chaleureuse.

Bolly Deewani dispense ses activités de Fitness Bollywood dans plusieurs arrondissements à Paris. Des cours **accessibles à tous**, débutants en fitness comme en danse. Ils sont enseignés par des professionnels du fitness dynamiques et enthousiastes, **diplômés d'Etat** et formés au Bollywood par Bolly Deewani.

Le Fitness Bollywood, c'est aussi:



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

et



BOLLYAEROBIC

Un **cours d'essai** par personne est **offert** pour chaque discipline.

A propos de Bolly Deewani



Bolly Deewani a été créé en 2008 pour partager la culture indienne à travers l'expression corporelle et artistique. Bolly Deewani a mis en place des activités ludiques et sportives autour de la culture indienne permettant ainsi de tisser un lien social intercommunautaire et intergénérationnel autour d'une passion commune.

Contact

Alexa Kriegel, Directrice des activités culturelles et sportives de **Bolly Deewani**

- Site internet du Fitness: www.fitnessbollywood.com (Photo HD téléchargeable)
- Site internet de la danse et autres activités culturelles : www.bollydeewani.com
- E-mail: alexa.bolly@gmail.com
- Mobile: 06 61 49 56 79
- Siège social : MDA 12^{ème}, BAL n° 25, 181 avenue Daumesnil 75012, Paris