

```
window.yaContextCb.push(=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) })
```



Что за тренинг.

3-недельная коучинговая онлайн-программа Александры Бониной.

Бонусы.

- Подарок 1. Электронная книга «6 главных ошибок в приседаниях и их коррекция».
- Подарок 2. Электронная книга «13 технических ошибок в классическом приседании с дополнительным весом».
- Подарок 3. Мини-курс «7 видов приседаний и их правильная техника»

выполнения».

- Подарок 4. Мини-курс «5 вредных упражнений с дополнительным весом и их более безопасная замена».

Дополнительную информацию смотрите на сайте тренинга: [Узнать подробности \(перейти на страницу тренинга\)](#)

** Карточка курса:** * Название: Прогрессия по приседаниям

Автор(ы): Бонина Александра

Формат курса: Тренинг

Цена: 2990 руб.

Способы оплаты: Яндекс.Деньги, WebMoney, Оплата через системы денежных переводов и

Способы доставки: Скачиваемая версия.

Партнерская программа: Есть

*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

** Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов),
издателя: Бонина Александра

```
window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```