



Волшебное преобразование с Дарьей ДАВЫДОВОЙ

ТЕКСТ Юлия Леонтьева

Любить себя, не зависеть от чужого мнения, быть стройной, здоровой, счастливой... Всему этому можно научиться в рамках первого в Самаре, самого масштабного женского проекта о стройности и красоте «Fitness lady», автор и руководитель которого Дарья Давыдова, фитнес-тренер, специалист по снижению веса со стажем более 13 лет, организатор конкурсов фитнеса и красоты «МИССИС ФИТНЕС САМАРА» и «FITNESS LADY BIKINI».

– Я проходила множественные программы обучения по фитнесу и диетологии в Москве и Самаре, – рассказывает Дарья, – и вот на протяжении шести с половиной лет на проекте «Fitness lady» я делюсь своим опытом и знаниями, благодаря которым постройнели и кардинально поменяли свою жизнь тысячи Самарских женщин! Мои участницы – моя гордость!

В классическую двухмесячную программу входят специально разработанные программы жиросжигающих фитнес-тренировок, силовые, функциональные и кардио-тренировки, табата, сайкл, танцы, растяжка, ботинки кенго джампс, занятия на воздушных полотнах и так далее. А также множество различных мастер-классов по правильному питанию от диетолога, нутрициолога, психолога, сексолога, стилиста, визажиста, мастер-классы по приготовлению полезных десертов, дефиле, фотопозирование и многое другое. В конце каждого сезона проходят яркие выпускные с ведением итогов и награждением, с шоу-программой, ведущим и артистами. На проекте девушки и женщины обретают фигуру мечты, добиваясь потрясающих результатов – минус 10-17 кг за 2 месяца! Но меняются не только фигуры, но и судьбы участниц. Вместе с лишним

весом уходит всё лишнее, всё то, что тянет вниз, мешает жить и дышать полной грудью, повышается самооценка, иными становятся образ жизни и окружение. Пропадают вредные привычки, зависимость от вредной еды, появляется любовь к активному образу жизни и занятиям фитнесом.

Кто-то уходит с нелюбимой работы и находит дело мечты, кто-то, наконец, встречает свою половинку и выходит замуж. После проекта были случаи долгожданной беременности, когда многие годы ничего не помогало.

На проекте девушки и женщины обретают фигуру мечты, добиваясь потрясающих результатов – минус 10-17 кг за 2 месяца

Четыре года назад я организовала сообщество путешествий «Fitnesslady Tour». С фото- и фитнес-турами мы путешествуем по всему миру! Вместе с клиентами, друзьями и партнёрами побывали во Вьетнаме, на Мальдивах, Занзибаре, в Китае, в Каппадокии, в Алании, Сиде, на Эльбрусе и в Сочи. После наших путешествий вы никогда не привезете лишние килограммы, ведь кроме отдыха на пляжах и экскурсий, мы каждый день занимаемся фитнесом, бегом и делаем растяжку. В наши туры, как правило, мы приглашаем личного фотографа, продумываем заранее образы для фотосессий, берём на прокат красивыми платьями, авторские украшения! Самые яркие образы и незабываемые впечатления у нас были в Каппадокии – на фоне десятка парящих разноцветных воздушных шаров наши девушки фотографировались в шикарных платьях и коронах. Также очень красивая фотосессия на шикарных Мальдивских островах-резортах, с домиками на воде и потрясающими видами. Отправиться с нами в тур могут все желающие, кто любит активный отдых, спорт и веселые женские компании. Можно поехать и всей семьей, взять мужа и детей.

В каждый свой проект я вкладываю всю себя, свою душу и сердце! Мне очень приятно, что люди мне доверяют, мотивируются и вдохновляются моим примером и энергетикой. Это придаёт мне ещё больше сил и желания творить.

В этом году я принимала участие в организации ежегодной всероссийской премии «BUSINESS & BEAUTY AWARD RUSSIA 2021». Кроме того, стала одним из организаторов главной церемонии награждения Самарской губернии в сфере предпринимательской, социальной и общественной деятельности «Золотая Коза», которая в этом году состоялась 24 октября. На церемонии награждались лучшие компании и предприниматели губернии, социальные, общественные проекты и благотворительные организации.

Подать заявку на участие в премии следующем году, можно написав в директ личного аккаунта @fitnesslady_official, либо в аккаунт профиля @

Также можно принять участие во всех других проектах. Главным фактором для достижения результата является отсутствие серьёзных противопоказаний, сильное желание изменить свою жизнь и соблюдение условий проекта!

Ждём ваши заявки в директ аккаунта @fitnesslady_official

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

