I NOSTRI SERVIZI

CROSSFIT

Il CrossFit è un programma di allenamento ad alta intensità che combina elementi di sollevamento pesi e ginnastica. Le nostre classi sono adattabili a tutti i livelli ed età.

CONTATTI

- +39 350 069 5948
- 🖒 Via Ostiense 71E 00154 Roma
- @nemeosjiujitsu
- @crossfit_nemeos

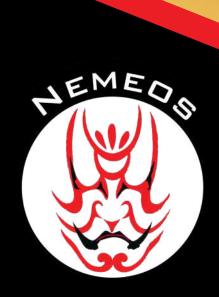
BRAZILIAN JIU JITSU

Il BJJ è uno sport di lotta che si concentra sull'utilizzo di leve articolari, controllo del corpo e tecniche di strangolamento. Spesso usato nei corsi di difesa personale può essere praticato sia a livello amatoriale che agonistico.

PILATES

Il pilates è un sistema di esercizi fisici che mira a migliorare il tono muscolare, la postura e la flessibilità. È adatto a persone di tutte le età e livelli di fitness.







Accedi allo sconto del 20% sugli abbonamenti

mensili!



IL PROGETTO **NEMEOS**

Nemeos nasce come accademia di BJJ del maestro Remo Casella. Dopo anni di attività e di ottimi risultati nel mondo competitivo del BJJ insieme a Maurizio Luongo inizia il nuovo progetto.

Un luogo d'incontro di più discipline con un forte focus sull'aspetto tecnico, che si rivolge a tutti, in un ambiente moderno perfetto sia per gli amatori che per gli agonisti.