

## ROMANS CLUB – MATRIMONIO.COM

“Upgrade your life” è un claim perfetto per Romans club e che racchiude in tre semplici parole la mia esperienza con questa fantastica isola del benessere. Mi sono iscritta al Romans per perdere qualche chilo di troppo, in previsione del nostro matrimonio. La prima volta che sono entrata al Romans mi ha accolta Laura che con estrema gentilezza e professionalità mi ha fatto visitare il centro. Prima di uscire mi ha detto “Ti seguiremo passo dopo passo e sarai bellissima quel giorno”. Quelle parole mi avevano dato fiducia e mi risuonavano nella testa mentre stavo tornando a casa. Pochi giorni dopo ho deciso di iscrivermi, senza esitazioni, anche se ero consapevole che di strada ne avrei dovuta fare parecchia, visti i chili di troppo e la mia indole che tende naturalmente al divano piuttosto che al tapis roulant.

Gli ambienti sono curati nei minimi dettagli e ogni volta che si entra si ha la sensazione di lasciarsi Milano alle spalle e di entrare in una dimensione avvolgente di totale relax, l'ideale per chi è alla ricerca di un luogo dove abbandonare le ansie e i problemi che solo una futura sposa conosce. Ho scelto di seguire un programma di allenamento con un personal trainer perché altrimenti avrei passato il tempo a farmi i selfie anziché ad allenarmi. Conosco Silvio. Dopo il primo allenamento con lui pensavo di morire. Non riuscivo nemmeno a fare una mini corsa, figuratevi il plank. Silvio ha creato un programma ad hoc e man mano che passavo le settimane vedevo i risultati e iniziavo a ricevere tantissimi complimenti per la mia forma fisica. Mi sentivo sempre più tonica e i vestiti iniziavano a starmi sempre più larghi.

Parallelamente alle sedute di PT e ai corsi, ho acquistato una card con dei trattamenti personalizzati, sia per il corpo che per il viso. Ho fatto delle sedute di LPG, dei massaggi linfodrenanti, impacchi di fango e scrub, seguendo i consigli delle tre ragazze estetiste super qualificate (grazie Fiore, Giorgia e Karen). Circa un mese prima del matrimonio, mi sono dedicata al viso. Ho scelto quindi di fare la pulizia del viso, le depilazioni, le maschere per le occhiaie (di cui ne avevo davvero bisogno) e la fantastica maschera all'oro di Mimi Luzon.

In pochi mesi sono riuscita a perdere 6 chili, che erano davvero di troppo per il vestito che avevo scelto. Ho raggiunto una forma fisica che mai nemmeno avrei immaginato e soprattutto (incredibile!) ho smesso di mangiarmi le unghie (grazie Fiore per quello smalto stupendo che mi hai messo prima del matrimonio!).

Consiglio il Romans a tutte le future spose che vogliono arrivare in perfetta forma all'altare, non solo fisicamente ma anche mentalmente.

Grazie a tutto lo staff, you are the best!

Letizia