HMAC

Maatullinaukio 2
Helsinki, 00750
Finland
+358405511878
hmac.fi

Company logo

Company logo

Helsinki Martial Art Center on itsepuolustus- ja kamppailulajeja sekä monipuolista kuntoilua tarjoava koko perheen liikuntakeskus. Tarjoamme harjoittelua siistissä ja viihtyisässä ympäristössä koulutettujen ja ammattitaitoisten ohjaajien johdolla. Lajivalikoimaamme kuuluvat mm. vauhdikkaat itsepuolustus- ja kamppalilulajit BJJ, Defendo, Hapkido ja Thainyrkkeily. Kuntoa voi kohottaa tehokkaasti CrossTraining, kahvakuula-, kuntonyrkkeily- ja kuntopotkunyrkkeilytunneilla, minkä lisäksi rauhallisemmasta kehonhuollosta ja palauttavasta treenistä voi nautiskella Pilates-tunneilla. Lapsille ja nuorille tarjoamme iloisia liikunnallisia hetkiä hapkidon parissa. Tule itse paikanpäälle toteamaan tuntiemme tehokkuus sekä keskuksemme loistava ilmapiiri! Salilla käytössäsi on 220m2 saumatonta painimattoa, laaja valikoima kahvakuulia, olympia-painonnostosarja, kyykky/dippiteline, punnerruspenkin, voimistelurenkaita, kuntopalloja, leuanvetotankoja, nyrkkeilysäkit, peilit jne. Tilat ovat myös GOLD jäseniemme käytössä joka päivä klo 06-24 itsenäistä harjoittelua varten. Olet lämpimästi tervetullut harjoittelemaan kanssamme!

Generated by Mapolist.com 19/11/2026 18:02