

CVIČENÍ S LUŽKOU

ZÁŘÍ - PROSINEC 2016



ZŠ Zachar Kroměříž

PONDĚLÍ „BŘICHO 100x jinak“ 19.00 – 20.00

> intenzivní trénink posilování svalů břicha <

ČTVRTEK „BODYSTYLING“ 19.00 – 20.00

> silově vytrvalostní cvičení zaměřená na formování postavy <



DŮLEŽITÉ:

- cena 1 lekce (60 min.): 70 Kč
- permanentka 10 vstupů = 640 Kč, 20 vstupů: 1240 Kč
- možnost čerpání příspěvků zdravotních pojišťoven
- účast není podmíněna předchozí rezervací
- pomůcky: Po (over ball), Čt (činky, gumy, over ball)
- dále sebou: podložka, pití, obuv na přezutí
- **ZRUŠENÉ lekce: 22.9., 27.10., 17.11.2016**

ZAČÍNÁME: 12.9.2016

KONTAKT:

Lud'ka Krejčová, instruktorka
tel. 777 577 665
mail: krejcoval@centrum.cz
www.lukdrive.cz

Poslední lekce: 15.12.2016