

Cvičení pro ženy a dívky

V sále místního pohostinství od

22. 9. 2020

Dle zájmu budeme cvičit dvakrát v týdnu.

*Úterý od 18.00 h. (pilátes, core- zpevnění
hlubokých svalů středu těla, zdravotní cvičení s
prvky jógy)*

*Čtvrtek od 18.00 h. (deep work-dynamické cvičení
+posilování vahou svého těla, dance aerobic, core)*



Těšíme se na vás!!!

Přijďte udělat něco pro zdraví!!!