

PILATES A JÓGA

S DANI KUČEROVOU (HRUBEŠOVOU)

- ♥ PILATES – KAŽDÉ ÚTERÝ 18:00 – 18:55
- ♥ JÓGA – KAŽDÝ ČTVRTEK 18:00 – 18:55
- ♥ 800 KČ PERMANENTKA NA 10 LEKCI, 1 500 KČ PERMANENTKA NA 20 LEKCI NEBO 100 KČ / LEKCI

ZAMĚŘÍME SE NA ZLEPŠENÍ FYZICKÉ KONDICE I SPRÁVNÉ DRŽENÍ TĚLA, PROTÁHNEME ZKRÁCENÉ SVALY A ZDRAVĚ FORMUJEME POSTAVU, ZLEPŠÍME OHEBNOST KLOUBŮ, PRUŽNOST SVALOVÉ TKÁŇE A SPÁLÍME PŘEBYTEČNÉ TUKY A KALORIE.

VŠECHNY LEKCE JE MOŽNÉ V RÁMCI PERMANENTKY KOMBINOVAT.

JSOU VHODNÉ JAK PRO ZAČÁTEČNÍKY, TAK I PRO POKROČILÉ A ZAČÍT MŮŽETE KDYKOLIV I V PRŮBĚHU POLOLETÍ.

MINIMÁLNÍ POČET ÚČASTNÍKU NA LEKCI JE 5.

NA KAŽDOU LEKCI JE NUTNÉ SE PŘEDEM PŘIHLÁSIT.

ZAČÍNÁME 7. ZÁŘÍ 2021



RC ŽIVOT JE HRA – PALACKÉHO NÁM. 3, SADSKÁ
TEL: +420 605 515 007 | DANI@RCZIVOTJEHRA.CZ
WWW.RCZIVOTJEHRA.CZ, WWW.ZIVOTJEHRA.COM

