

Přijďte načerpat novou energii, posílit sílu těla i mysli.
To vše při cvičení power yoga a posilování všech partí

CVIČENÍ

ZŠ Horní Kruty

neděli od 18 hod.do 19 hod.

- power yoga – zvýšíme flexibilitu a pružnost svalů

čtvrtek od 18.30 do 19.30 hod

Zumba a zpevňování svalů při posilovacích cvicích a následném protažení

S sebou pohodlné oblečení, pití bez bublinek,
na posilčo ve čtvrtek pevnou obuv

- Cena 30,-kč

Bližší info Jana Pokutová 723 228 476

