

PROBLÉMOVÉ PARTIE

CVIČENÍ s Blankou



PONDĚLÍ

Od 18.00hodin
ZŠ Kuřim Komenského



Posilování vrchní i dolní část těla, cvičení není ve složitých sestavách, jde nám o frekvenci, sílu a zpevnění.

Používáme činky, gummy, pilates tyče, overbally, tonning balls, zátěžové gummy, atd.

VSTUPNÉ: 100Kč BEZ REZERVACE !!!

Těší se na vás trenérka a masérka, terapeutka čínské medicíny Blanka Hýsek Žáčková, tel. 603485577, blanka.zackova@seznam.cz

