

CVIČENÍ S HANKOU

ROZVRH PLATNÝ OD ZÁŘÍ 2011

HERNA ZŠ MNÍŠEK (KOMENSKÉHO 886 - OBJEKT LÉKÁRNY)

PONDĚLÍ

19:00 ZUMBA GOLD ☺
20:15 DYNAMICKÉ PILATES

Na takto označené hodiny je třeba se předem objednat !!! ☺

ÚTERÝ

19:00 PILATES ☺
20:15 ZUMBA CLASS

Tato lekce je vhodná pro začátečníky i muže !!!

ČTVRTEK

19:00 PILATES BODY BALL ☺
20:15 BODYBUILDING / FUNKČNÍ INTERVALOVÝ TRÉNINK

MKS MNÍŠEK POD BRDY V LIPKÁCH

NEDĚLE

20:00 ZUMBA DANCE

CO S SEBOU KROMĚ DOBRÉ NÁLADY ?

PILATES, PILATES BODY BALL - POHODLNÉ OBLEČENÍ,
PODLOŽKU - CVIČÍME BEZ BOT - VHODNÉ PRO VŠECHNY
VČETNĚ ZAČÁTEČNÍKŮ

ZUMBA, BODYBUILDING, INTERVALOVÝ TRÉNINK, DYNAMICKÉ
PILATES - POHODLNÉ OBLEČENÍ, SPORTOVNÍ OBUV, RUČNÍK A
DOSTATEK TEKUTIN

CENA 60,- ZA JEDNOTLIVOU HODINU, MOŽNO ZAKOUPIT CENOVĚ ZVÝHODNĚNOU PERMANENTKU

BLIŽŠÍ INFO A OBJEDNÁVKY:

Hanka Kotoučová

hana.kotoucova@seznam.cz, 607880228

Nebo na www.hybejtese.cz