

PILATES & POWER JÓGA



**ZDRAVOTNÍ A RELAXAČNÍ CVIČENÍ
PRO KAŽDÝ VĚK a ZÁDA BEZ BOLESTI**

Vytvarujete dlouhé, štíhlé svaly, ploché břicho,
zbavíte se bolestí v zádech, bolestí hlavy i krční
páteře, zklidníte mysl, zapomenete na starosti
všedního dne, odbouráte stres a zlepšíte držení těla

každý ČTVRTEK

**19:05 – 20:00 h - tělocvična ZŠ Horní
Bříza**

Formou kurzu 1290,-Kč (14.9.2020 – 31.1.2021)

Bližší info: www.fitclubveronika.cz

Facebook: Fit Club Veronika

e-mail: veronika.franova@centrum.cz

tel. 724 023 632

Těší se Veronika Fránová, Pilates Instruktor

