

FUNKČNÍ TRÉNINK

Intervalový trénink pro posílení celého těla

Kde: Jevíčko, tělocvična gymnázia

Kdy: každý týden po domluvě a rezervaci/více časových možností

Jak se přihlásit: pro více informací a rezervaci místa mě kontaktujte
na telefonu 731 177 934 nebo e-mailu kacka.bergerova@post.cz

Cena za jednu lekci: 100 Kč

Už je to pár let, co jsem si procházela cestou hledání rovnováhy mezi správnou výživou a cvičením, než jsem našla střední cestu, kde se cítím nejlíp. Mám za sebou běžecké půlmaratony, semináře o výživě, ale také kurz fitness trenéra. Víím, jak důležité je cítit se dobře ve svém těle a ráda vám pomohu dosáhnout vašich cílů – ať už jde o zlepšení kondice, postavy nebo celkové pohody. Připojte se ke mně a pojd'me společně trénovat! :)

