

CVIČENÍ PILATES V Jevíčku

„Tělesná zdatnost je prvním předpokladem štěstí“ Joseph Pilates

Kdy: začínáme **středy 19.9.2018 v čase od 18:00 do 19:00 hod.**

Kde: tělocvična **Gymnázia v Jevíčku, vstup předním vchodem**

S sebou: **podložku, ručník, pití a dobrou náladu ☺**

Cena: **65,-- Kč/hodinu, registrace není nutná**

(při zakoupení permanentky je možnost vystavit doklad k proplacení u ZP viz. info o podmínkách na www.vzp.cz)

Kontakt: www.pilatescviceni.cz, tel: 731 183 933, **těší se na vás** certifikovaná lektorka Bc. Radka Krupičková

Cvičení je určeno ženám každého věku, je zaměřeno na zpevnění břišních, zádových, hýžd'ových svalů a na posílení pánevního dna. Budeme cvičit i s činkami, pro zpevnění celého těla. ☺

