



PODZIMNÍ CVIČENÍ S ALENOU

KULTURNÍ SÁL SLUHY - HOSTINEC POD MODŘÍNEM

KDY: 11.11. 2018

1. HOD. 16.30-17.30 CORE TRENINK (pro muže a ženy)
2. HOD. 17.30- 18.30 GYRO-METODA A ROZMAZLOVÁNÍ

Sebou, ručník, vodu, pevné boty a chuť se zapotit.

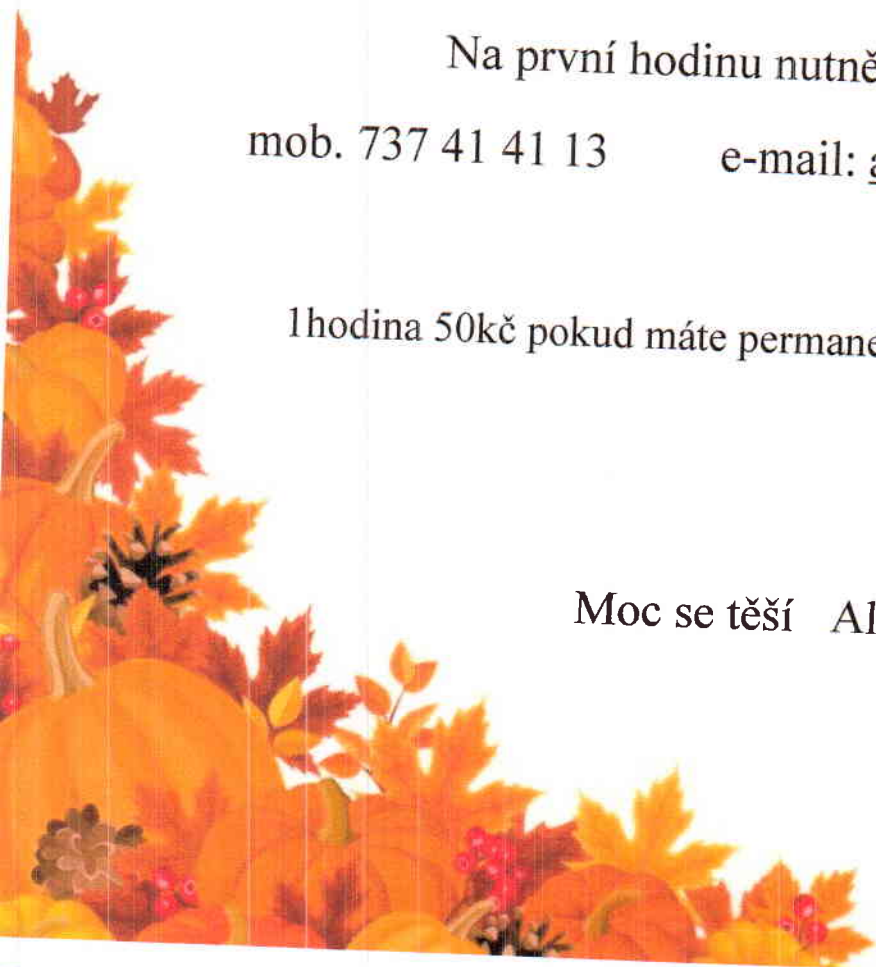
Na první hodinu nutně se objednat:

mob. 737 41 41 13

e-mail: alena.cako@seznam.cz

1 hodina 50kč pokud máte permanentku Gyro metody použijte ji

Moc se těší Alena Kopecká instruktorka





VÁNOČNÍ CVIČENÍ S ALENOU

KULTURNÍ SÁL SLUHY - HOSTINEC POD MODŘÍNEM

KDY: 2.12. 2018

1. HOD. 16.30-17.30 VELKÉ MÍČE A DYNA BAND
2. HOD. 17.30-18.30 GYRO METODA
DYNA BAND A ROZMAZLOVÁNÍ

Sebou, ručník, vodu, pevné boty a chuť se zapotit

Na první hodinu nutně se objednat:

mob. 737 41 41 13

e-mail: alena.cako@seznam.cz

1 lekce 50kč pokud máte permanentku Gyro metody použijte ji

Moc se těší Alena Kopecká instruktorka

