



Cvičení pro ženy každého věku

POSILOVÁNÍ PROBLÉMOVÝCH PARTIÍ ZPEVNĚVÁNÍ POSTAVY, SPALOVÁNÍ TUKU

efektivní cílené posilování pro zapojení všech svalů

(krční páteř, zádné svalstvo, břišní pekáč a další)

předcvičuje Bára

v budově na fotbalovém stadionu na Valdeku

PONDĚLKY 19 – 20 hod.,

INFORMACE na tel. čísle **723 657 473**

NEHLEDEJ VÝMLUVY PROČ TO NEJDE, ZAČNI OD ZÁŘÍ SE MNOU !!!