

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

od 6.ledna 2019

STŘEDA	8:30 – 9:25	TŘEMOŠNÁ – EXODUS
STŘEDA	19:45 – 20:45	KAZNĚJOV - ZŠ
ČTVRTEK	19:05 – 20:00	HORNÍ BŘÍZA – ZŠ

Bližší info: www.fitclubveronika.cz

Facebook: Fit Club Veronika

e-mail: FitClub.Veronika@seznam.cz

tel. 724 023 632

Těší se Veronika Fránová, Pilates Instruktor

