



ČTVRTEK OD 20:00 HOD. KD ČESKÁ BŘÍZA

BODYFORMING

**KOMPLEXNÍ CVIČENÍ ZAMĚŘENÉ NA
ROVNOMĚRNÉ FORMOVÁNÍ A POSILOVÁNÍ
VŠECH PARTIÍ.**

POSÍLENÍ OCHABLÝCH A PROTAŽENÍ
ZKRÁCENÝCH SVALŮ S PRIMÁRNÍM ZAMĚŘENÍM
NA POSÍLENÍ STŘEDU TĚLA (POSÍLENÍ BŘIŠNÍCH
SVALŮ, ODSTRANĚNÍ BOLESTI ZAD)

**CVIČEBNÍ PODLOŽKU, POHODLNÉ OBLEČENÍ A
DOBROU NÁLADU S SEBOU :)**

**CENA
70 Kč**

TĚŠÍM SE NA VÁS

Barbora Kořínková