

NEW!

NEW!

SLOW BODY

CVIČENÍ PRO ZDRAVÁ ZÁDA A CHODIDLA S VYUŽITÍM PILATES VÁLCŮ

- jednoduchá cvičení pro zlepšení ohebnosti kloubů
- zařazení cviků pro zdravá chodidla, ruce a krční páteř (protažení, uvolnění, stimulace)
- kombinace cviků pro úlevu svalům od ztuhlosti a napětí
- posílení svalů kolem páteře, břišních svalů
- Vaše svaly budou pružnější a pevnější

SOBOTA 27.9.

9.00-10.00

Cena lekce: do 23.9. 200,- Kč nebo lze využít permanentku
Platba na místě: 250,- Kč – nelze již využít permanentku

POČET MÍST JE OMEZEN!

Bližší nf: ☎603329010, info@okfitstudio.cz



Fit Studio O.K.



@okfitstudio.cz

www.okfitstudio.cz