

NEW!

NEW!

SLOW BODY

CVIČENÍ PRO ZDRAVÁ ZÁDA A CHODIDLA S VYUŽITÍM PILATES VÁLCŮ

- pružnější a pevnější svaly
- jednoduchá cvičení pro zlepšení ohebnosti kloubů
- cviky 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

SOBOTA 22.11.

9.00-10.00

Cena lekce: do 18.11. 200,- Kč nebo lze využít permanentku

Platba na místě: 250,- Kč – nelze již využít permanentku!

Bližší nf: ☎603329010, info@okfitstudio.cz



Fit Studio O.K.



[@okfitstudio.cz](https://www.instagram.com/okfitstudio.cz)

www.okfitstudio.cz