

ZDRAVÁ

ZÁDA

15.1. – 30.5.2020

Kurz 19 lekcí



Středy v 17.30 h.

Lekce zaměřená na posilování a uvolňování svalových skupin související se správnou funkcí zádových svalů. Odstraňování svalové nerovnováhy, uvolňování a protahování.

VÝHODNÉ KURZOVNÉ: 1805 Kč
1520 Kč

V rámci předplatného jsou možné 2 náhrady.
Kurz bude otevřen při min. počtu 9 účastníků.

Sportovní, zdravotní a rodinné centrum
Gymnázium Olgy Havlové
708 00 Ostrava-Poruba
e-mail: info@fitano.cz
tel.: +420 604 366 066

FITANO club
Mgr. Markéty Stoklasové
www.fitano.cz