

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE V PŘÍBRAMI

OD 4. ŘÍJNA 2023 ZAHAJUJE ČINNOST

AEROBIC

PRO ŽENY A DÍVKY OD 15 LET (UVÍTÁME I MUŽE)



KDY ?

KAŽDOU STŘEDU 19 – 20,30 HOD.
SÁL č. 1 - PŘÍZEMÍ

CENA ? 1.340,- Kč - KURZOVNÉ NA ŠKOLNÍ ROK
nebo JEDNOTLIVÉ VSTUPNÉ 80,- Kč (ZA LEKCI)

CVIČEBNÍ JEDNOTKA TRVAJÍCÍ cca 90 MIN.
JE KONCIPOVÁNA KOMPLEXNĚ A ZAHRNUJE:

- **AEROBNÍ BLOK**
- **BODY STYLING (se zaměřením na problémové partie)**
- **STREČINK**

**INDIVIDUÁLNÍ PŘÍSTUP, MOŽNÉ PORADENSTVÍ V OBLASTI POHYBU,
ZDRAVOTNÍCH ASPEKTŮ CVIČENÍ I VÝŽIVY**

Srdečně zve cvičitelka - Bc. Stanislava Kovalová
tel. 721 010 709 (po 16 hod.)

Přihlášky elektronicky : www.ddmpribram.cz

Bližší informace : Marcela Jelínková
Dům dětí a mládeže, Pod Šachtami 294, Příbram IV
jelinkova@ddm.pb.cz tel. 607 529 763, 608 522 677