

Dům dětí a mládeže v Příbrami Vás zve na oblíbené

# Cvičení s Evou



Nabídka cvičení pro ženy zahrnuje pohybové aktivity s prvky kalanetiky, strečinku, stepaerobicu, jógy.

**Kde ?** v Domě dětí a mládeže, Pod Šachtami 294,  
Příbram IV

**Kdy ?** každou neděli večer od 19 – 20 hodin

**Platba ?** 20,- Kč za 1 lekci nebo  
200,- Kč za 10 lekci formou předplatného.

**Cílem společného cvičení je :**

- zaměřit se pod odborným vedením na prevenci a odstranění případných zdravotních potíží způsobených stylem dnešního moderního života,
- zlepšit stav těla i mysli,
- protáhnout a posílit celé tělo.

**Přijďte si zacvičit a aktivně si odpočinout !**

**Lektorka : Eva Rajtoralová**

**Bližší informace :**

Dům dětí a mládeže Příbram IV-294, tel.318 623 127, 601 234 425  
e-mail : bednarikova@ddm.pb.cz, www.ddmpribram.cz