

Aerobic + posilování > Body Styling

se Zuzanou Weisskopf

Vytrvalostně silové aerobní cvičení je vhodné téměř pro kohokoliv.

Bodystyling je vhodný pro začátečníky i pokročilé.

Cvičení je zaměřené na formování všech svalových skupin celého těla s využitím vlastní váhy

Každý čtvrtek od 17h cena 50,- Kč,

sál Obecního úřadu Petrov