



SPORTOVNĚ KULTURNÍ CENTRUM V ONDŘEJOVĚ

Choceradská 62, 251 65, www.skcvondrejove.cz

SKUPINOVÉ REHABILITAČNÍ A JÓGOVÉ CVIČENÍ

ČTVRTEK 10 - 11:15 hod – malý sál od 9. 5.

Cvičení je určeno pro všechny, kteří chtějí napravit držení těla, pohybové stereotypy, protáhnout a zpevnit. Zároveň vypnout z běžných starostí a věnovat čas sobě. Důležité a efektivní je správné provádění cviků i za použití pomůcek.



NOVĚ I S HLÍDÁNÍM DĚTÍ!!!

Vaše děti budou mít vlastní program hned naproti malému sálu v kavárně s paní Kristýnou Gáberovou. Kavárna bude otevřena již od 9:30 jen pro Vás 😊 Po cvičení se můžete občerstvit úžasnou nabídkou jídla a pití, a ještě využít místní herničku. Vlastní neklouzavou podložku a deku prosím s sebou.

Cena lekce je 200,- Kč, hlídání 1 dítěte 100,- Kč po dobu cvičení.

Objednávejte se na tel.: 602 330 620

Na společné cvičení se těší Mgr. Tereza Pígllová, Ph.D.