



# Sportovně kulturní centrum v Ondřejově

Choceradská 62, [www.skcvondrejove.cz](http://www.skcvondrejove.cz), [skcvondrejove@seznam.cz](mailto:skcvondrejove@seznam.cz), 777 668 212

# DEEP

CVIČENÍ PRO MUŽE  
I ŽENY

\*

ŽÁDNÉ NÁROČNÉ  
CHOREOGRAFIE

\*

KAŽDÝ SI NAJDE SVOJI CESTU  
I STUPEŇ OBTÍŽNOSTI

\*

VHODNÉ I PRO ZAČÁTEČNÍKY

**CENA:** jednotlivě 130,- Kč  
s permanentkou 120,- Kč.

Termíny dalších lekcí Deep Work  
budou vypisovány cca 1x měsíčně  
na

[www.skcvondrejove.cz](http://www.skcvondrejove.cz).

## úterý 2. dubna 18 - 19,30 hod



DEEP WORK OBSAHUJE  
PRVKY

POSILOVACÍ

\*

BALANČNÍ

\*

KARDIO

\*

SILOVÉ

\*

PROTAHOVACÍ

\*

RELAXAČNÍ

# WORK

## s Olgou Šípkovou