

Charitativní sportovní dopoledne

S Alenou Šustrovou a Vendulou Brettschneiderovou
na podporu spolku Dlouhá cesta

Alena:

8.30 - 9.20 Ranní joga

9.30 - 10.20 Rolfing (masáž pomocí válce na podporu regenerace svalů, odbourání celulitidy,...)

10.30 - 11.20 Bosu

11.30 - 12.30 Rolfing

Vendula:

8.30 - 9.20 Pole dance (cvičení na tyči)

9.30 - 10.20 Aerial hoop (cvičení na závěsném kruhu)

10.30 - 11.20 Wheel training (cvičení a masáž s pomocí malého kruhu)

11.30 - 12.30 - Fly training (cvičení s pomocí závěsné šály)

Cena jedné lekce 110 Kč

2 - 3 lekce à 100 Kč

4 lekce à 90 Kč

Nutná rezervace ve Sportcentru v Domažlicích - Radek Hojda
nebo na tel: 774 / 516 593, kapacita omezena.

4.11.2017



DLOUHÁ CESTA

Pomoc pro všechny, kteří přežili své děti