

Jemné cvičení do hloubky s fyzioterapeutkou

MULTIFUNKČNÍ SPORTOVNÍ HALA SKUTEČ



Cvičení pro celé tělo

Intenzivní dvouhodinovka jemného a jednoduchého cvičení vhodného pro každého, koho

- bolí záda a páteř od práce nejen u počítače
- bolí tělo přetížené nevhodným sportem
- kdo už nějak cvičí, ale má pocit, že to stále není ono
- kdo se chce naučit principy správného pohybu a fungování těla, díky kterým lze bolestem předejít

Kdy:	25. března 2022
Kde:	Multifunkční sportovní hala Skuteč
Čas:	17.30 - 19.30
Cena:	200 Kč
Jiné:	S sebou podložku na cvičení, pohodlné oblečení, deku nebo polštářek

Bez limitu věku nebo tělesné kondice

Mgr. Vendula Vrbová