

# Cvičení s Petrou



## BODYSTYLING



Při rytmické hudbě se využívají aerobní kroky i silové prvky, které jsou postaveny do jednoduché choreografie.

Součástí lekce je intenzivní posilování břišních svalů a problematických partií těla.  
Závěrečné protažení.

**KDY:** každý čtvrtek od 18.30 h

**KDE:** malá tělocvična ZŠ v. Bystřice

**SEBOU:** boty na cvičení, pití, ručník

Cena lekce 50,-

Info na tel: 777 134 882