



Pokračujeme ve

Cvičení v kulturním domě v Dešově

Správné držení těla

Jóga, Pilates

Posilování vahou těla



Od 9. října každý čtvrtek 17:00 – 18:00

Vstup na všechny hodiny je zdarma

Cvičení je nenáročné a vhodné pro všechny věkové kategorie od 15 let, případně po domluvě.

Potřebné pomůcky: podložka na cvičení, pohodlné sportovní oblečení, boty, pití.

Kontakt na organizátorku: Vendula Štěpánková, +420 724 949 682

