

# Cvičení s Věrou Macoškovou

Tělocvična Zimní stadión, Zámecký okruh 8, OPAVA

Začínáme od pondělí 6.9.

**pondělí** a **čtvrtek**

**18.00- 18.55: P- CLASS**

Tvarování těla především nohy, boky, hyždě, břicho☺

**19.00- 19.55: DANCE AEROBIC**

Vydatné spalování tuků při jednoduché taneční choreografii,  
na závěr lekce posilování břicha a strečink☺

Vstupné 1 hodina = 40,-Kč 2 hodiny = 60,-Kč

Věra Macošková: mezinárodní instruktorka IFAA, NIKE FITNESS INSTRUKTORKA,  
profi instruktorka 1.stupně ČŠA, držitelka mnoha licencí, praxe ve cvičení 20 let.

**INFORMACE:** [www.sportperfekt.cz](http://www.sportperfekt.cz), mobil: 602 744 348



Těším se na Vás ☺☺☺