



BODYFORM s Eliškou **2.3.2014**

Přijďte si vyzkoušet **ZDARMA** lekci Bodyformu s Eliškou

V úplně nově zrekonstruovaných prostorách DDM Benešov



www.eliska-fitness.cz

v 9:00-10:00

Vstupné dobrovolné

Jedná se o kondičně posilovací cvičení, které je zaměřené na tvarování postavy a zvýšení kondice. Díky tomuto cvičení budou Vaše svaly pevnější a pružnější. Budeme zapojovat nejen povrchové svalstvo, ale i svaly hlubokého stabilizačního systému. Pod vedením Elišky se nejen příjemně zničíte, ale také pobavíte...

Eliška působí již 13 let jako instruktor a trenér. Mimo jiné je i školitel jiných lektorů. Nebojte se vyzkoušet něco nového. Nechod'te za kvantitou, ale za kvalitou.

- možnost získání slevy 10% na nákup sportovního oblečení Feel Joy
www.feel-joy.cz

kontakt: eliska-ruzicka@seznam.cz, 737 72 75 79

