

„FIT Holky Ovčáry – Nedomice“ aneb cvičení pro všechny, kdo si chtějí zlepšit kondici i náladu

Začínáme 9.9.2018 od 19,00

Kde? Vedle fotbalového hřiště v
Ovčárech na betonové ploše

Co cvičíme? Aerobně-posilovací
formu tréninku – abychom byly
štíhlé a krásné 😊

Ve kterých dnech? Prozatím
středa a neděle – vždy v 19,00

Co s sebou? Podložku, ručník, pití
a hlavně dobrou náladu!

Více info na 725928523 nebo
martina.milfajtova@seznam.cz



Pozn. Nebojte se nic, obrázek je
pouze inspirativní! Toto
dokážete po cca 20 hodinách
tréninku 😊😊😊.