

Kurz pilates

tradičně i za přítomnosti libé vůně 41 přírodních bylinných esencí

Cítíte potřebu posílit tělo, zbavit se bolesti zad, mít odolnější a pružné klouby, posílit srdečně-cévní systém, mít svalstvo dostatečně protažené, tělo uvolněné, imunitní systém posílený, nervy pevné a ducha zdravého?

Pilates kurz v Dyjské je pro Vás připraven.

* místo, čas: tělocvična ZŠ Čakovice, Dyjská 715/3, STŘEDA 19,00 – 20,00 hod.

* vhodné i pro začátečníky, náročnost cviků v průběhu kurzu postupně vzrůstá

* termín: 13.9.2023 – 31.1.2024, celkem 18 lekcí

* cena formou permanentky:

18 lekcí (celý kurz): 2.520,- Kč

10 lekcí: 1.500,- Kč

****Mimořádná nabídka: v případě nového klienta hama-studio.cz v ceně zakoupené permanentky 1 lekce navíc zdarma ****

Rezervace na každou lekci předem vždy prosím nutná zde: <https://hama-studio.reservio.com/>

Pořadatel: Hana Mandrysz, certifikovaný instruktor Pilates, Body and mind, člen ČKFP, email: info@hama-studio.cz, mobil: 606 320 100