

TJ TESLA BRNO z.s.

Oddíl kondiční kulturistiky opět zahajuje od 8.9.2020 – 31.5.2021

ÚČINNÉ FORMY KONDIČNÍHO CVIČENÍ PRO ŠIROKOU VEŘEJNOST VŠECH VĚKOVÝCH KATEGORIÍ
VE SPORTOVNÍM AREÁLU TJ TESLA BRNO z.s.

Halasovo nám. 7, 638 00 Brno-Lesná-bazén, v gymnastickém sále

ÚT	ZDRAVOTNĚ KONDIČNÍ CVIČENÍ	Instruktor	cena 1 hod.
10.00 – 11.00	Cvičení s prvky rehabilitačních cviků vhodné pro ženy nad 50 let	Hana Holcová Alice Sedláková	50,- Kč
ÚT	POHYBOVÁ AKTIVITA – SPINING	Instruktoři	cena 1 hod.
19.10 - 20.10	S doplňkovým programem na posílení ostatních svalových skupin	Eva Hrazdilová Stanislav Münster	60,- Kč
ČT	KONDIČNÍ CVIČENÍ PRO ŽENY	Instruktor	cena 1 hod.
18.00 – 19.00	Zaměřeno na formování, posilování a uvolňování problémových partií těla	Jitka Menšíková	50,- Kč

Členové, kteří měli zaplacené příspěvky do 31.5.2020 mají možnost kompenzace cvičení v měsíci září 2020 v oba dny (ÚT 10-11h + ČT 18-19h).

Podmínkou účasti je členství v TJ TESLA Brno z.s. Výhodou tohoto členství jsou slevy v prostorách TJ TESLA BRNO z.s. / bazén, sauna, turistická chata na Ramzové v Jeseníkách/

Členský příspěvek činí 100,- Kč/rok. Platba za cvičení se vybírá permanentkou na 3 měsíce předem.

Informace: Eva Franzlová 733 634 341, e-mail: e.franzlova@seznam.cz