



## FIT JÓGA s posilováním

každý čtvrtek od 19:00 do 20:30

(velká tělocvična)

- VHODNÉ PRO ŽENY A MUŽE VŠECH VĚKOVÝCH KATEGORIÍ
- KOMBINUJE PRVKY JÓGY A POSILOVÁNÍ
- ZPEVNĚNÍ TĚLA, VYRÝSOVÁNÍ POSTAVY
- JÓGA – POSÍLENÍ – RELAXACE
  
- Cena **pouze 60Kč (50 Kč\*\*)** za lekci!\*



## VITÁLNÍ JÓGA

každý čtvrtek od 19:30 do 20:30

(malá tělocvična)

- VHODNÉ PRO ŽENY A MUŽE VŠECH VĚKOVÝCH KATEGORIÍ
- PODPORUJE SPRÁVNÉ FUNGOVÁNÍ TĚLA A JEHO VITALITU
- TVAROVÁNÍ POSTAVY
- HARMONIZACE
- ODSTRANĚNÍ STRESU
  
- Cena **pouze 53 Kč (43Kč\*\*)** za lekci! \*

**KDE: tělocvičny Gymnázia Benešov**

(vchod ze strany budovy - ul. Jiráskova)

**začínáme: 5.2.2015**

Přijďte si cvičení vyzkoušet – jednotlivé lekce za 80/90,- Kč ( !! karimatku s sebou !! )



FIT JÓGA BENEŠOV

[www.fitjogabenesov.cz](http://www.fitjogabenesov.cz)

[fitjogabenesov@gmail.com](mailto:fitjogabenesov@gmail.com)

\* při zakoupení permanentky na 15 lekcí

\*\* studentská sleva

