

RS studio v létě nespí a neb: Tříhodinovka zase trochu jinak

Spinning (lekce spinningu)

K2 hiking (novinka v ČR)

ZUMBA (světová novinka v aerobiku)

3x 50 minut se závěrečným protažením

21. 8. 2010

Pro zájemce o pohyb připravilo „RS studio“ dopolední cvičení nabyté energií a elánem. V 50min. blocích vystřídáte tři formy pohybové aktivity, které budou zatěžovat Váš organismus a pokaždé trochu jiným způsobem prověřovat Vaši fyzickou kondici.

Kromě spinningu a K2hikingu budete mít možnost vyzkoušet „ZUMBU“ Na spinerech budeme simulovat cyklo vyjížďku, na chodících pásech chůzi v terénu a zumba Vás rozehřeje zase trochu jinak.

KDE: Cejl 72, Brno.(40m od Intersparu na cejlu směr z města)

KDY: 21.8. 2010 od 10.00hod (prezentace 9.30hod)

ZA KOLIK: 200Kč

V ceně zahrnuto: lekce spinningu,K2 hiking, zumba

NEVÁHEJTE A PŘIJĎTE NEJEN SE POBAVIT, ALE PRO SEBE I NĚCO UDĚLAT.

Předprodej vstupenek v RS studiu Cejl 72. Info:tel 608 766546,773 666546 (NEVÁHEJTE, OMEZENÝ POČET MÍST)

Vstupenky je možno vrátit 5dní před akcí, pozdější zrušení již bez náhrady.