

OSLAVUJE 10 LET

VE SPORTOVNÍM CENTRU V SEMILECH

FIT STUDIO AEROBIKU

28. 11. 2010

SC SEMILY – SÁL AEROBIKU A CENTRÁLNÍ HALA

Jany Boučkové

PROGRAM: ZUMBA, BOSU, STEP AEROBIK, S-CYCLING, BODYSTYLING, POWER JÓGA – NA HALE CVIČÍME NA VYSOKÉM PÓDIU, ABY KAŽDÝ ÚČASTNÍK DOBŘE VIDĚL!

ČASOVÝ PLÁN: **12:00 – 12:30** hodin prezentace

CENTRÁLNÍ HALA: **12:30 – 13:25** hodin ZUMBA

ZRDCADLOVÝ SÁL: **12:30 – 13:25** hodin BOSU CARDIO+CORE

CENTRÁLNÍ HALA: **13:30 – 14:25** hodin ZUMBA TONING

ZRDCADLOVÝ SÁL: **13:30 – 14:25** hodin BOSU CHOREO+STRETCH

CENTRÁLNÍ HALA: **14:30 – 15:25** hodin STEP AEROBIK

ZRDCADLOVÝ SÁL: **14:30 – 15:30** hodin PŮLENÁ KOLO+BODYSTYLING

CENTRÁLNÍ HALA: **15:40 – 16:00** hodin ZÁVĚREČNÁ SHOW+TOMBOLA

ZRDCADLOVÝ SÁL: **16:00 – 18:30** hodin S-CYCLING

(prezence 15:15 – 15:35 hodin, počítáme, že se zúčastníte závěrečné show)

ZRDCADLOVÝ SÁL: **19:00 – 20:00** hodin POWER JÓGA

CENA CVIČEBNÍHO PROGRAMU:

- OD 12:30 DO 16:00 HODIN ČINÍ 300 Kč (při zaplacení do 16.11. 2010, později či v den konání akce 350 Kč)
- S-CYCLING 100 Kč+POWER JÓGA 140 Kč
- SAMOSTATNÁ HODINA POWER JÓGY 45 Kč

TOMBOLA: PERMICE NA CVIČEBNÍ HODINY V CENĚ 450 Kč, 600 Kč, 1400 Kč A DALŠÍ HODNOTNÉ CENY

PITNÝ REŽIM ZDARMA!

**TĚŠÍ SE NA VÁS
LEKTOŘI STUDIA A HOSTÉ**

PRO KAŽDÉHO
ÚČASTNÍKA JE
PŘIPRAVENA MALÁ
POZORNOST.

**PŘIJĎTE
S NÁMI SLAVIT!**
MÁME PRO VÁS
PŘIPRAVEN PESTRÝ
SPORTOVNÍ PROGRAM
A VYSTOUPEN

ZÍSKANÁ OCENĚNÍ:
3x MČR, 2x ME,
4x tituly MS
ve sportovním
aerobiku
a fitness

