



STŘEDISKO VOLNÉHO ČASU RADOVÁNEK

RADOVÁNEK - VYBRANÉ KROUŽKY Z WEBU

70 let zájmového vzdělávání v Plzeňském kraji

Název	Dny konání	Věk	Cena	Místo
Fitness pro ženy I.	ÚT 19:00-20:00	věk 25 - 60	1950,- Kč / rok	pracoviště Pallova 19, Plzeň - střed

Fitness pro ženy I.

[Odkaz na web](#)

Potřebujete zhubnout, zpevnit postavu, odreagovat se od každodenních starostí nebo poznat nové kamarádky ?

Pohybový a kondiční Fitness pro dívky a ženy je přesně to pravé !

Variabilní lekce/kruhový trénink, tabata, piloxing ,spinning ,cvičení na zdravá záda, bosu ,pound rockout, cvičení s overbally/ zaměřené na tvarování postavy, fyzickou a celkové protažení těla .

V případě zájmu kontaktujte lektorku .



Termín	ÚT 19:00-20:00	Místo konání	pracoviště Pallova 19, Plzeň - střed	Pořadatel	pracoviště Pallova 19, Plzeň
Věk	25 - 60	Pedagog	Blanka Šlajerová	Kontakt	777 495 732 ,pokorova@radovaneck.cz
Cena kroužku	1950,- Kč / rok	Probíhá	12.09.2023 - 18.06.2024		