

Diagnostická posilovna

Napsal uživatel Administrator

Neděle, 06 Prosinec 2009 19:24 - Aktualizováno Úterý, 12 Únor 2013 12:01



- šedesátiminutové lekce složené z aerobního rozcvičení, kruhového tréninku a závěrečného protažení
- hodiny vedené zkušenými instruktory
- 32 stanovišť se silovými stroji
- výrazně zlepšuje fyzickou kondici a správné držení těla
- vhodné pro začátečníky, mírně pokročilé i pokročilé

