

Indoor Cycling

Napsal uživatel Administrator

Neděle, 06 Prosinec 2009 19:12 - Aktualizováno Neděle, 29 Prosinec 2013 11:18

Co je Indoor Cycling?

Aerobní trénink využívající speciální stacionární trenažéry, zaměřený na odbourávání podkožního tuku, zvyšování kondice a vytrvalosti.

Lekce i pro úplné začátečníky (kontrola tepové frekvence).

Lekcemi Indoor Cyclingů Vás provede tato sympatická lektorka:

Radka Havleová

- **PONDĚLÍ 18:30**

Indoor Cycling

Napsal uživatel Administrator

Neděle, 06 Prosinec 2009 19:12 - Aktualizováno Neděle, 29 Prosinec 2013 11:18

