

KLUB FIT SENIOR BOHUTÍN

Sociálně-aktivizační služba pro obec Bohutín a okolí

PROGRAM BŘEZEN 2023

1.

ZAMĚŘENO NA DECH

8.

CVIČENÍ S OVERBALLEM

15.

CVIČENÍ S THERABAND GUMOU

22.

CVIČENÍ PRO ZDRAVÉ KYČLE
+ AUTOMASÁŽ

29.

HARMONIZUJEME MOZKOVÉ
HEMISFÉRY

fitseniorpribram.cz

777 176 713

PROGRAM JE ZDARMA

KAŽDOU STŘEDU OD 10 HODIN

KDE: OBECNÍ ÚŘAD

Lektor: Lucia Fremrová, DiS,
Bc. Kristina Hovorková

FIT SENIOR Příbram, z.s. - registrovaný poskytovatel sociálních služeb

Středočeský kraj