

PŘIDEJ SE MEZI NÁS



NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ DO SKUPINY:

VŠESTRANNOST MUŽI

KAŽDÉ ÚTERÝ 17:30 - 19:30



Co Tě čeká:

Základy gymnastiky, atletiky

Cvičení na nářadí (kruhy, airtrack, bradla, hrazda apod.)

Dechová cvičení, práce s vlastní vahou těla, středem těla

Posilování, kondiční cvičení, sportovní hry a mnoho dalšího



Pro více informací můžeš napsat na
jakub.machacek@atlas.cz

BUDEME SE TĚŠIT!

