

Aerobik

Sokolovna Golčův Jeníkov

Od září – školní rok 2016/2017

- Přijímáme nové členy a zájemce o aerobik do I. skupiny
- Hodina probíhá v Sokolovně G. J. pravidelně každý pátek od 17:00 hod do 18:00 hod
- Naučíte se základům aerobiku, správné držení a zpevnění těla.
- Protáhnete se, zahrajete si různé pohybové hry a využijeme cvičební náčiní.
- Zúčastníte se různých vystoupení.
- Roční příspěvek činí 200,- Kč

