

Zdravotní cvičení pro ženy

v Centru Paraple



„Jedná se o nenáročný způsob péče o tělesnou kondici. Cvičení ulevující bolestem zad a kloubů.“

Mgr. Hanka Vatěrová, DiS.
fyzioterapeut

**Cvičením prospějete
svému zdraví
a pomůžete nám
pomáhat.**

Cvičení je zaměřené na:

- protažení a posílení svalů,
- udržení celkové fyzické kondice,
- odstranění bolesti zad,
- úlevu při bolestech kloubů.

Úterý 18:00 – 19:00

První hodina zdarma

Cena 90 Kč za hodinu
při zakoupení permanentky

Cena jednotlivé hodiny 120 Kč