

# „ KRUHÁČ “ s Katkou

Kruhový tréning je skvelý spôsob ako schudnúť prebytočné kilá, sformovať svoju postavu a získať lepšiu fyzickú kondíciu.

Je vhodný pre všetkých bez rozdielu kondície, veku alebo váhy.

- **Kde a kedy:**

- ❖ T-club Ostrov (od 15.1.2020)

- streda 18:00 – 19:00

- sobota 8:00 – 9:00

- ❖ ZŠ Podolie – telocvičňa (od 17.1.2020)

- piatok 19:00 – 20:00

- **Prihlášky na tel.č.:** 0903 431 519 (na hodinu sa treba prihlásiť najneskôr 24 hodín vopred)

- **Cena:** 5€/osoba/hodina

V prípade prihlásenia nižšieho počtu osôb ako 5 sa hodina neuskutoční.

