



TJ Sokol Svitávka pořádá

## 2. DEN PLNÝ POHYBU

Chceš si zacvičit a vyzkoušet něco nového? Tak přijď za námi.

**KDY:** 22. 11. 2014

**KDE:** Sokolovna Svitávka

**PROGRAM:** 10.00 Zahájení  
10.15 Trampolínky (2x 30min.)  
11.15 Pilates  
12.15 Joga  
13.15 Trampolínky-podle počtu zájemců

**Po celou dobu k dispozici výživový poradce Ing. Jana Strečková. Vstup 50 Kč.  
Pití po dobu akce. S sebou sportovní oblečení, tenisky, ručník a hlavně dobrou náladu a chuť si zacvičit.**

**Pro zájemce měření za speciální zvýhodněnou cenu na:**

- **InBody 230** (zjištění složení těla-množství svalů, tuku, vody v těle, bazální metabolismus -základní měření 150,-Kč, kompletní 300,-Kč)
- **Max Pulse** (zjištění činnosti srdce, stavu cév a pružnosti tepen, fungování a vyváženosti autonomního nervového systému, zatíženost organismu stresem - 100,- Kč)

**Pro info a předběžné zaregistrování - mail:kohiska@seznam.cz,tel:606 105 862**

**Srdečně zve Sokol Svitávka**