

Zájmové aktivity pro dospělé-DDM Jablunkov 2012



Nabídka nových kurzů od února do května 2012

BODYSTYLING	St 18.30-19.30	cv. Mgr. Lada Rusnoková	500,-
Kombinace prvků bodyformu, power jógy, shiatsu a pilates.			
BODYFORM	Po 19.00-20.00	cv. Mgr. J. Sagitariová	500,-
STEPSAEROBIK	Čt 18.30-19.30	cv. Mgr. L. Rusnoková	500,-
KALANETIKA	St 19.00-20.00	cv. Mgr. J. Sagitariová	500,-
JÓGA v denním životě	St 17.15-18.45	cv. Ing. M. Filipczyk	500,-
JÓGA v denním životě	Út 18.15- 19.45	cv. J. Filipczyková	500,-
POWER JÓGA	Po 18.30-19.30	cv. Eliška Hadidová	500,-
Dynamická forma klasické jógy, oproštěná od klasické ortodoxní filosofie jógy.			

Kurzy od ledna

ZUMBA (10 lekcí)	Čt 18.00-19.00	cv. S. Kubiková	500,-
	Čt 19.00-20.00	cv. S. Kubiková	500,-
FIT ORIENT (12 lekcí)	Po 17.15-18.15	cv. G. Lipus	500,-
Taneční fitness hodiny, vycházející z moderního stylu belly dance (orientálních břišních tanců) a aerobních pohybů.			