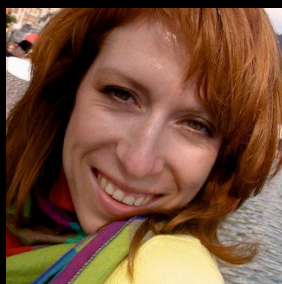
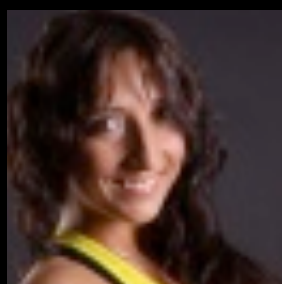




Eda
Havlík



Šárka
Vodičková



Iva
Rutarová



Eva
Mrázková



Evelina
Ďurd'ová

JARNÍ PROBUZENÍ S YOGOU

probudte se z ospalé zimy, načerpejte pozitivní energii a sílu - vyzkoušejte lekce:

POWER YOGA

úterý 17:00 (B1FC)

úterý 17:30 (B1F)

středa 19:30 (B1F)

POWER YOGA+

(lekce i s využitím balančních a dalších pomůcek - bossu, overball, flowtonic) -
čtvrtek 10:00 (B1F)

NIKE DYNAMIC YOGA

středa 8:30 (B1FC)

neděle 18:00 (B1FC)

- cvičení, které funguje po tisíciletí, v moderní dynamické podobě

- vaše svaly budou při pravidelném cvičení protažené a zároveň posílené, páteř bude pružnější a nebudou vás bolet záda, naučíte se pracovat s dechem a se svou vlastní energií, povzbudíte imunitní systém, naučíte se relaxovat a snížit psychické napětí

- lekce jsou vhodné jak pro úplné začátečníky, tak pro pokročilé, pro ženy i muže

Všechny lekce najdete v rozvrhu divize AEROBIC/ BODY AND MIND a v rozvrhu B1FC.

Dopolední lekce za 65,- Kč,
odpolední a večerní od 79,- Kč .

Nový ceník a další informace na recepci B1F nebo B1FC a na www.big1fitness.cz.

BIG ONE FITNESS (B1F)

Dornych 27, 602 00 Brno
Informace na telefonu: 543 254 616
info@big1fitness.cz
Provozní doba:
Po – Pá 6:30 – 22:00
So – Ne 9:00 – 21:00



BIG ONE FITNESS Club (B1FC)

Benešova 14/16, 602 00 Brno
Informace na telefonu: 542 211 903
info@big1fitness.cz
Provozní doba:
Po – Pá 6:30 – 22:00
So – Ne 9:00 – 21:00



www.big1fitness.cz