

DIANA *cardio* FIT

Indoor cycling & Body forming

Vás pozýva na **Kruhový tréning** od 31. 1. 2011 o 20.15 h

Utorok	19.00
Štvrtok	19.00
Nedeľa	19.00

Opäť sa vraciame k populárnemu cvičeniu, ktoré spája posilnenie celého tela a aeróbne cvičenie potrebné na spaľovanie tuku.

Tae – Bo

Utorok	17.45
Štvrtok	17.45

Kruhový tréning

Pondelok	20.15
Streda	20.15
Piatok	20.15

Intervalový tréning

Pondelok	16.30
Utorok	20.15
Streda	16.30
Štvrtok	20.15
Piatok	16.30

Zumba

Pondelok	17.45 / 19.00
Streda	17.45 / 19.00
Piatok	17.45 / 19.00
Nedeľa	17.45