



Family Fitness
Metropole Zličín

vám představuje

OSOBNÍ TRENÉR

FAMILY FITNESS

- **Osobní trenér Family Fitness**
- **Redukce tělesné hmotnosti**
- **Zpevnění svalového korzetu**
- **Cvičení s váhou vlastního těla**
- **Circuit training**
- **Odstranění svalových disbalancí, zlepšení držení těla**
- **Flowin**
- **Sestavení individuálního cvičebního plánu**



Jan Charamza

- **trenérská škola ACTIVE WELLNESS Vladimíra Hirky**
- **Flowin - basic**

Neváhejte a začněte konečně cvičit pod vedením trenéra!!!

objednávky na recepci Family Fitness nebo na 226 082 486