**POŘÁDÁ TJ SOKOL RAKOVNÍK**

**Srdečně Vás zveme na naše sobotní cvičení od 9.00 do 13.00 hodin**

**PROGRAM :**

1. **HULA – HOOPING – kroužení obručí**
2. **LADIES LATINO – latinskoamerické tance pro ženy**
3. **FLEXIBARY – kondiční cvičení**
4. **ZDRAVÁ CHODIDLA – cvičení a techniky vhodné pro ploché nohy a zlepšení citlivosti chodidel**

**S sebou pohodlné oblečení a dobrou náladu, cvičební pomůcky vám zapůjčíme.**

**Jednotné vstupné 50. - Kč, bez ohledu na to, kolika cvičebních hodin se zúčastníte**

**Další informace a přihlášení:** **info@sokolrakovnik.cz**

**Těšíme se na vás**

☺