

KONDIČNÍ CVIČENÍ PRO DĚTI



Místo: DDM Polská

Kdy: Čtvrtek 17:00 - 18:00



Cena kroužku: 1 500,- Kč

Pro děti od 6 let

Formou kruhového tréninku se zaměříme na stimulaci kondičních pohybových schopností a zapojíme vybrané svalové skupiny při cvičení na stanovištích uspořádaných do kruhu. Použití různých posilovacích pomůcek, netradiční a míčové hry.

Kontakt: Žaneta Balcarová, tel. č. 725 037 077
zaneta.balcarova@ddmporuba.cz



OSTRAVA!!!