



KURZ ZDRAVÁ ZÁDA

KDY sobota 31. 7. 2021, 11:00-15:30

KDE Jog-In Dobřichovice, V Zahradách 1048/27

CENA 1500,- Kč

PRO MUŽE I ŽENY

- POSÍLENÍ A ZPEVNĚNÍ HLUBOKÉHO STABILIZAČNÍHO SYSTÉMU
- SPRÁVNÝ STEREOTYP DÝCHÁNÍ
- VHODNÉ CVIKY PRO BEZBOLESTNÝ POHYB
- KOMPENZACE ZRYCHLENÉHO A SEDAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU POHYBEM
- SPRÁVNÉ ZATÍŽENÍ KLOUBŮ A PÁTEŘE BĚHEM DENNÍCH ČINNOSTÍ
- AKTIVACE KLENBY NOŽNÍ
- ÚČELNÁ RELAXACE



PŘIHLÁŠKY NA MAIL NEBO MOBIL

CVIČENÍ S FYZIOTERAPEUTKOU

Mgr. Radkou Geffertovou

tel.: 603 218 992

www.fyzioterapie-rg.cz

UŽÍVEJTE ŽIVOTA NAPLNO BEZ NAPĚTÍ A BOLESTI