



Sokol Libčice - Oddíl všestrannosti žen  
vás zve opět od 5.9.2016  
na pravidelné hodiny žen, dívek a dětí  
ve formě

# **DANCE, AEROBICU, STEP AEROBICU**

- Pondělí** 19.00 **Choreografický step s Ivou** (1. lekce v měsíci -základní kroky+posilko)  
20.00 **Fitness dance + posilko s Jiřinkou**
- Středa** 16.00 **Všestrannost a hry pro předškoláky s Janou** (3-6let, info728128886)  
17.00 **Všestrannost a hry pro mladší školáky s Radkou** (9-12let, info725753782)  
18.00 **Kondiční cvičení s Marií** nebo s **Janou** (různé pomůcky, velké míče)  
19.00 **Fitness dance s Verčou**

Přijďte si vylepšit postavu a kondici do libčické sokolovny, s sebou pevné boty, ručník, pití.

Členové Sokola-vstup zdarma na všechny hodiny v rámci ročního členství,  
pro ostatní dospělé 60,-Kč/hodinu a pro děti pouze 40,-Kč. Info: 602858490

<http://www.sokolibcice.cz/rubrika/vsestrannost-zeny/>