

Mimo jiné - JUDO Beskydy nabízí - pro rodiče našich členů a jejich děti
lekce power jógy a účelové sebeobranu.

Každý čtvrtek od 16,30 do 17.30 hod v samostatném sále Beskydského kodokanu.

Začínáme od 10.9. 2020 jógou

10 tréninkových jednotek - kurz

Můžete využít slevy za práci

Z DŮVODU NAVÝŠENÍ CVIČÍCÍCH PROSTORŮ SE VEDENÍ KLUBU ROZHODLO
ZAHÁJIT OBLÍBENÉ CVIČENÍ PRO RODIČE A PŘÁTELE JUDA. Po dlouholeté zkušenosti
víme, že když zaujmeme Vás rodiče a cvičení Vás baví, Vaše dítě překoná
sportování, společně soutěžíte, docházíte na tréninky, jdete příkladem svým dětem
zájem. Power jóga nám všem pomůže zpevnit a protáhnou tělo, také povzbudit
probíhat pod vedením instruktora Petra Blinky. Základy sebeobranu Vám pomohou
napadení, či jiných krizových situacích. Naučíme se jak se ubránit fyzicky silně.
Výuku povedou kvalifikovaní a pravidelně školení instruktoři sebeobranu.
Minimální počet pro zahájení kursu je 10 zájemců. Maximální 20. Těšíme se na Vás.

e-mail: judoskpovava@seznam.cz

tel.: 605513429, 605513430

ZAHÁJENÍ 27.1.2016. CHYBÍ JEŠTĚ DVA ZÁJEMCI. HLASTE SE.