

STUDIO SALUTE

www.studiosalute.cz

POJEĎTE S NÁMI 12. – 14. 5. 2023!

SPORTOVNÍ A RELAXAČNÍ VÍKEND V PODĚBRADECH

TRADIČNÍ A OVĚŘENÝ POBYT ZA 1990,- Kč

INTERVAL BODY, PILATES, KRUHOVÝ TRÉNINK, ZUMBA, AEROBIC, STEP BODY, STREČINK, AQUAZUMBA, FITNESS A KARDIO ZÓNA, JÍZDA NA KOLE A IN-LINE BRUSLENÍ, MASÁŽE, RELAXACE A ZÁBAVA

PROGRAM V PÁTEK A SOBOTU

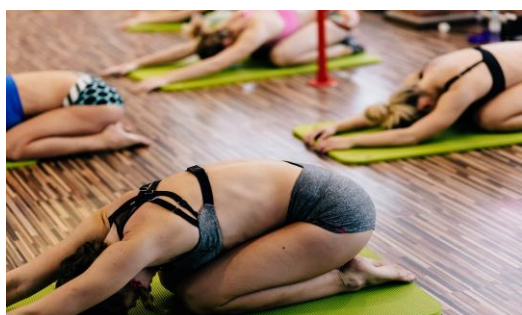
PÁ odpoledne: - ubytování od 15.00 , STEP BODY 18.00

- VEČÍREK 20.00

SO dopoledne - AEROBIC, JÓGA nebo PILATES

odpoledne - in-line, kola, walking, zahradní hry....

- KRUHOVÝ TRÉNINK, ZUMBA



PROGRAM NA NEDĚLI

dopoledne - INTERVAL nebo ZUMBA, STREČINK
- tělesná analýza

odpoledne - AQUAZUMBA

(změna programu vyhrazena :-)

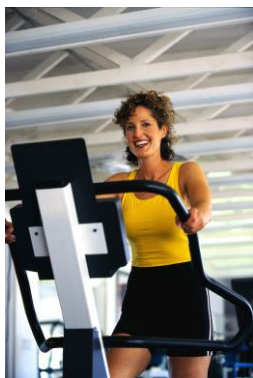
PROGRAM SI MŮŽETE SESTAVIT DLE VAŠEHO ZÁJMU!

STUDIO SALUTE, Ing. Lenka Malá

Kontakt: studio.salute@seznam.cz, 607 105 051

www.studiosalute.cz





UBYTOVÁNÍ A STRAVOVÁNÍ

Ubytování i cvičení je ve Fitness klubu Zdravíčko, J. Opletala 77, Poděbrady (VŠ kolej, naproti tenisovým kurtům), www.zdravicko.info

Stravování nezajišťujeme, a proto doporučujeme vzít si s sebou pití a jídlo k snídani (varnou konvici, čaj, hrnek, pečivo...), nějaké ovoce, jogurt, oblíbené pití na cvičení (možno koupit i na recepci Klubu). Na večerech si pochutnáme v oblíbených restauracích.

V CENĚ POBYTU JE ZAHRNUTO

ubytování na VŠ koleji (prostorné a dobře vybavené 2 nebo 3 lůžkové pokoje s předsíní, sprchou a WC) umístěné ve stejném objektu jako Fitness klub, 7 hodin cvičení a neomezené využití moderního velkého fitness po celou dobu pobytu.

Částku 1990,- Kč zaplaťte prosím nejpozději do 28. února 2023 převodem na účet 0243898329/0800, VS: Vaše telefonní číslo. Do zprávy pro příjemce uveďte Vaše jméno.

Přihlášku obdržíte na cvičení nebo stáhnete na našem webu.

Storno poplatky: 21 dní před akcí 50%, 7 dní a méně 100% z ceny



CO VZÍT S SEBOU

Vhodné sportovní i společenské oblečení a obutí, ručník na cvičení, plavky, in-line brusle (kola) a další nezbytnosti (viz. program). Vaše případné dotazy ráda zodpovím

na 607105051 nebo na e-mailu: studio.salute@seznam.cz

