

# TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTA TESLA BRNO

oddíl kondiční kulturistiky opět zahajuje od **19. 9. 2011**

## ÚČINNÉ FORMY KONDIČNÍHO CVIČENÍ PRO ŠIROKOU VEŘEJNOST VŠECH VĚKOVÝCH KATEGORIÍ VE SPORTOVNÍM AREÁLU TJ TESLA NA BAZÉNU

Halasovo nám. 7, Brno-Lesná

PO	<i>AEROBIK - BODY FORM - AEROBNĚ POSILOVACÍ LEKCE SPOJUJÍCÍ AEROBIK S POSILOVÁNÍM SVALŮ CELÉHO TĚLA. LEKCE JSOU VHODNÉ I PRO ZAČÁTEČNÍKY</i>	cvičitelka Lucie Babáčková	cena 1 hod. činí 40,- Kč	18 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup>
ÚT	<i>KONDIČNÍ A REHABILITAČNÍ CVIČENÍ</i>	instruktorka Gabriela Pellová	cena 1 hod. činí 40,- Kč	18 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup>
ÚT	<i>FORMA POHYBOVÉ AKTIVITY - SPININK S DOPLŇKOVÝM PROGRAMEM NA POSÍLENÍ OSTATNÍCH SVALOVÝCH SKUPIN</i>	instruktoři S+E Münsterovi	cena 1 hod. činí 50,- Kč	19 <sup>00</sup> -20 <sup>00</sup>
ST	<i>FORMA POHYBOVÉ AKTIVITY - SPININK S DOPLŇKOVÝM PROGRAMEM NA POSÍLENÍ OSTATNÍCH SVALOVÝCH SKUPIN</i>	instruktoři S+E Münsterovi	cena 1 hod. činí 50,- Kč	18 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup>
ST	<i>KONDIČNÍ CVIČENÍ ZAMĚŘENÉ NA POSÍLENÍ SVALOVÝCH SKUPIN A FORMOVÁNÍ PROBLEMATICKÝCH PARTIÍ</i>	cvičitelka Jitka Menšíková	cena 1 hod. činí 40,- Kč	19 <sup>00</sup> -20 <sup>00</sup>
ČT	<i>REHABILITAČNÍ A ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ ZAMĚŘENÉ NA SVALOVÉ PARTIE</i>	cvičitelka Jitka Menšíková	cena 1 hod. činí 40,- Kč	18 <sup>00</sup> -19 <sup>00</sup>
ČT	<i>AEROBIK MIX - INTENZIVNÍ AEROBNÍ LEKCE, ZAMĚŘENÁ ZEJMÉNA NA SPALOVÁNÍ TUKŮ, DOPLNĚNO KRÁTKÝM POSILOVÁNÍM</i>	cvičitelka Jitka Galetková	cena 1 hod. činí 40,- Kč	19 <sup>00</sup> -20 <sup>00</sup>

Oddíl kulturistiky TJ TB pořádá tuto sportovní činnost pro své členy. Podmínkou činnosti je členství v Tělovýchovné jednotě Tesla Brno.

Výhodou členství jsou výrazné slevy v prostorách TJ Tesla: bazén, sauna, posilovna, turistická chata v Jeseníkách na Ramzové.

Členský příspěvek činí 100,- Kč na kalendářní rok. Platba za cvičení se vybírá na 5 měsíců předem (pernamentka).

Informace Eva Franzlová - 733 634 341