



POZDRAVLJENE LJUBITELJICE REKREACIJE

VSE PRAV LEPO VABIM NA PRVO INFORMATIVNO SREČANJE, KI BO V ČETRTEK, 1. oktober 2009 ob 19 uri. JAKLIČEV DOM

Ta dan je vpis in formiranje skupin, ki so omejene s številom udeleženk – **25**.
Prosim, da se srečanja udeležite, ker le tako si boste zagotovile prostor v skupini.
V letošnjem letu bomo nadaljevale enako kot v pretekli sezoni.

Skupina KORENINE: upokoženke oz. ženske, ki jim intenzivnost in zahtevnost ostalih vadb ne ustreza. Uporaba rekvizitov – uteži, elastika, žoga, palica.. vodi: Stanka Kuplenk

Skupina PREPROSTO + FIT – preprosto, zanimivo, dobro volno, z uporabo različnih rekvizitov, razgibanje celega telesa - vodi: Stanka Kuplenk

Skupina KOMBO ŠTENGCE - aerobne vaje, s pomočjo stopničke, uteži in ostalih rekvizitov – vodi: - Tina Koprivšek Arzenšek

Skupina KOMBO SKOKICE – visoko intenzivna vadba s koreografijo – vodi Urška Gačnik

Skupina PILATES – nadaljevalna – vodi Stanka Kuplenk

Skupina PILATES – začetna – vodi Stanka Kuplenk

Zapisala:
Stanka Kuplenk