

## TJ TESLA BRNO z.s.

oddíl kondiční kulturistiky opět zahajuje od **2.10.2018 - 31.5.2019**  
**ÚČINNÉ FORMY KONDIČNÍHO CVIČENÍ PRO ŠIROKOU VEŘEJNOST VŠECH**  
**VĚKOVÝCH KATEGORIÍ**  
VE SPORTOVNÍM AREÁLU TJ TESLA BRNO z.s.  
Halasovo nám. 7, 638 00 Brno - Lesná - bazén , v gymnastickém sále

<b>ÚT</b>	ZDRAVOTNĚ KONDIČNÍ CVIČENÍ	Instruktor	cena 1 hod.
10.00-11.00	VHODNÉ PRO ŽENY NAD 50 LET	Hana Holcová , Alice Sedláková	40,- Kč

---

<b>ÚT</b>	POHYBOVÁ AKTIVITA -SPININK S DO- PLŇKOVÝM PROGRAMEM NA PO - SÍLENÍ OSTATNÍCH SVALOVÝCH SKUPIN	Instruktoři Eva Hrazdilová Stanislav Münster	cena 1 hod. 60,- Kč
-----------	---	--	------------------------

---

<b>ST</b>	INTERVALOVÝ TRÉNINK PRO MAXIMÁLNÍ SPALOVÁNÍ . KOORDINACE KARDIO A A SILOVÉHO CVIČENÍ	Instruktor Jana Kaplan Walaská	cena 1 hod. 40,- Kč
-----------	--	-----------------------------------	------------------------

---

<b>ČT</b>	KONDIČNÍ CVIČENÍ PRO ŽENY ZAMĚŘENÉ NA SVALOVÉ SKUPINY A FORMOVÁNÍ PROBLEMOVÝCH PARTIÍ	Instruktor Jitka Menšíková	cena 1 hod. 40,- Kč
-----------	---	-------------------------------	---------------------------

---

Podmínkou činnosti je členství v TJ TESLA BRNO z.s. .Výhodou členství jsou slevy v prostorách TJ TESLA BRNO z.s. / bazén , sauna,turistická chata na Ramzové v Jeseníkách /  
Členský příspěvek do TJ TB činí 100,- Kč na kalendářní rok. Platba za cvičení se vybírá permanentkou na 5 měsíců předem . Informace : Eva Franzlová 733 634 341, email: e.franzlova@seznam.cz

## TJ TESLA BRNO z.s.

oddíl kondiční kulturistiky opět zahajuje od **2.10.2018 - 31.5.2019**  
**ÚČINNÉ FORMY KONDIČNÍHO CVIČENÍ PRO ŠIROKOU VEŘEJNOST VŠECH**  
**VĚKOVÝCH KATEGORIÍ**  
VE SPORTOVNÍM AREÁLU TJ TESLA BRNO z.s.  
Halasovo nám. 7, 638 00 Brno - Lesná - bazén , v gymnastickém sále

<b>ÚT</b>	ZDRAVOTNĚ KONDIČNÍ CVIČENÍ	Instruktor	cena 1 hod.
10.00-11.00	VHODNÉ PRO ŽENY NAD 50 LET	Hana Holcová , Alice Sedláková	40,- Kč

---

<b>ÚT</b>	POHYBOVÁ AKTIVITA -SPININK S DO- PLŇKOVÝM PROGRAMEM NA PO - SÍLENÍ OSTATNÍCH SVALOVÝCH SKUPIN	Instruktoři Eva Hrazdilová Stanislav Münster	cena 1 hod. 60,- Kč
-----------	---	--	------------------------

---

<b>ST</b>	INTERVALOVÝ TRÉNINK PRO MAXIMÁLNÍ SPALOVÁNÍ . KOORDINACE KARDIO A A SILOVÉHO CVIČENÍ	Instruktor Jana Kaplan Walaská	cena 1 hod. 40,- Kč
-----------	--	-----------------------------------	------------------------

---

<b>ČT</b>	KONDIČNÍ CVIČENÍ PRO ŽENY ZAMĚŘENÉ NA SVALOVÉ SKUPINY A FORMOVÁNÍ PROBLEMOVÝCH PARTIÍ	Instruktor Jitka Menšíková	cena 1 hod. 40,- Kč
-----------	---	-------------------------------	------------------------

---

Podmínkou činnosti je členství v TJ TESLA BRNO z.s. .Výhodou členství jsou slevy v prostorách TJ TESLA BRNO z.s. / bazén , sauna,turistická chata na Ramzové v Jeseníkách /  
Členský příspěvek do TJ TB činí 100,- Kč na kalendářní rok. Platba za cvičení se vybírá permanentkou na 5 měsíců předem . Informace : Eva Franzlová 733 634 341, email: e.franzlova@seznam.cz