

МБУДО «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ» объявляет набор в группу «ФИТНЕС-МИКС» для взрослых.

Каждое занятие включает в себя: силовую аэробику, занятие с гантелями и фитболами,
а так же элементы растяжки (ЙОГИ).

Длительность занятия 60 минут. Дни проведения занятия: **вторник, четверг.**

Время: _____

Физические упражнения для людей любого возраста с любым уровнем физической нагрузки.

Занятия платные.

Наш адрес: город Тула, улица Октябрьская, дом 41.

Справки по телефону: 8-910-942-70-22

Педагог: Степанова Инна Николаевна.