

Znovu po týdnu zdravíme všechny příznivce našeho sportovního kroužku a posíláme opět něco na protažení těla. Venku nám počasí tento týden moc nepřeje, ale i přesto chod'te ven na svižné procházky a zaběhat si☺

Hezký týden přejí

Dana Pospíšilová a Milena Kölblová



Latin-Fit SAMBA + posílení středu těla a paže

<https://www.youtube.com/watch?v=g-uaZCUXhpw>