

# Cvičení tanec jóga 18-25 různých hodin za víkend!!!



9.-11.11.

23.-15.11.

2018



## Sportovní Centrum Semily

Co Vám nabízíme?...pokud to ještě nevíte ☺

- **velký výběr cvičebních a tanečních hodin** (cca 20-30 hodin za víkend) začínáme už v pátek večer, cvičení od „rána do večera“, všechny pokročilosti od mírně pokročilých až pokročilé
- různé formy cvičení (aerobic, míče, jóga, slide, dance, latina, body, zumba, step aerobik, pilates, bosu core a cardio a další a další...). Piloxing a trampolíny, nově i cvičení venku s během!
- více instruktorů (5-9 lektorek)
- možnost hlídání dětí (zpoplatněné od 100Kč/h do 150Kč/h – info na vyžádání zašlu)
- ubytování ve 2,3,4 lůžkových pokojích přímo v areálu Sportovního Centra Semily nebo pěkném hotelu Obecní dům poblíž (vždy řeším individuálně)
- plná penze v sobotu
- snídaně a oběd v neděli (snídaně formou švédského stolu)

## Cena: 2 190 Kč

**Dále je možné ve Sportovním Centru Semily individuálně využít:**

- možnost spinningu ( není v ceně 40Kč/h)
- fitness
- stolní tenis
- squash
- masáže více druhů – relaxační, sportovní, reflexní ...(doporučuji objednat předem emailem)
- sauna
- solárium
- kosmetika, manikúra a pedikúra ( doporučuji objednat předem emailem)

**Cena nezahrnuje:**

- dopravu
- sportovní a jiné vyžití mimo cvičení (viz. výše)
- večeři v pátek

Rezervace (nutná nevratná záloha 990 Kč na účet 274432257/0300, 16 dnů před akcí - 1200Kč - 24.10 a 8.11.)

Vaše dotazy na tel: 72 887 35 79 - Veronika Jandová

nebo email: [veruberu.jandova@seznam.cz](mailto:veruberu.jandova@seznam.cz)

Storno: do 14 dnů = záloha 600kč, 14-6 dnů 50%, 5-0 dnů 100%, viz. od pondělí před akcí = 100%