

REKONDIČNÍ CVIČENÍ PRO DĚTI ŠKOLNÍHO VĚKU

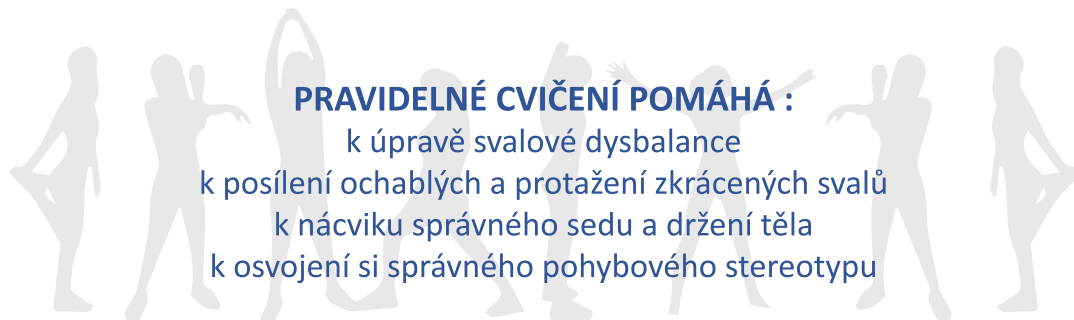
Naše děti se málo pohybují.

Dlouho sedí ve škole, u televize, počítače, mobilu.

Nesprávné zatížení pohybového aparátu rozvíjí svalovou nerovnováhu,
která vede k vadnému držení těla.

Není tedy divu, že bolesti zad začínají trápit dokonce i školáky.

Tomu lze předcházet cvičením pro správné držení těla a tím i zabránit problémům v dospělosti.



Rekondiční cvičení povede fyzioterapeutka Jarmila Cagášková a její dcera Adélka
bude probíhat v tělocvičně ZŠ Šitbořice
první lekce již 2. 1. 2018 od 13.30 do 14.30 a pravidelně každé úterý

cena 10 lekcí za 600 Kč

Podrobné informace na tel.: 731 453 026, nebo jarmilacagaskova@seznam.cz