

---

# Bodyforming

---

<i>Pořadatel:</i>	KTV FAF & LFHK
<i>Organizátor:</i>	Mgr. Szakošová
<i>Místo:</i>	TJ Slavie, hala
<i>Čas:</i>	10:30
<i>Přihlášky:</i>	Bez registrace
<i>Náplň:</i>	Cvičení na hudbu s instruktorem
<i>Důležitá upozornění:</i>	Boty do haly, pokud bude pršet, přesouvá se Bodyform do TŠ Bonstep
<i>Prezence:</i>	na místě před zahájením cvičení
<i>Program:</i>	Total body training - celkový trénink těla
<i>Herní systém:</i>	Udělej něco pro své tělo - druhá část cvičebního maratónu. Jedná se o posilovací cvičení celého těla pod vedením instruktora, cvičí se na intervaly.
<i>Poznámka:</i>	Nutné boty do haly!