

Do fitka každý den od 17 hodin do 22 hodin a to i o víkendu!

Posilovna ve sportovní hale v Dolní Poustevně otevřena v plné parádě!

Ve sportovní hale můžete posilovat v moderně zařízeném fitness centru, které je přizpůsobené pro trénink jak začátečníků, tak pokročilých kulturistů, mužů i žen.

Radou a odbornou konzultací vám pomůže trenér C druhé třídy

Zdenek Bašta (mobil 602335299, email:zdenek@fajnklub.cz).

Dokonce je možné si sjednat individuální trénink mimo otevírací dobu, a to jak pro skupinu, tak pro jednotlivce.

V době nepřítomnosti trenéra budou klíče od posilovny uloženy ve sportovní restauraci v přízemí u pana Michala Soldátka (mobil 602878410), který bude mít kontakt na trenéra nebo jeho zástupce, a tak bude zajištěno otevření posilovny i mimo inzerovanou dobu.

Cena za jednu cvičební jednotku je 35 Kč a výhodná měsíční permanentka bez omezení počtu vstupů je za 250 Kč.

Permanentky je možné zakoupit u Zdenka Bašty nebo v restauraci u Michala Soldátka.

Abychom mohli vystavit permanentku a informovat Vás o akcích a novinkách, запиšte prosím číslo na váš mobilní telefon a email do sešitu, který je k dispozici v posilovně.

Do posilovny je potřeba vzít si vhodné sportovní oblečení a obuv a je bezpodmínečně nutné mít svůj ručník, který používáme při cvičení k udržování hygieny (otírání potu z nářadí a laviček, atd.).

Nápoje, stravní doplňky, oblečení a ostatní kulturistické propriety budou k prodeji v posilovně a v přízemí v restauraci u pana Michala Soldátka.

Cílené posilování ve fitcentru spojené s vhodnou úpravou jídelníčku vede k nejrychlejší možné úpravě Vaší postavy, celkovému zlepšení fyzické kondice, které se projeví i na duševní pohodě a zdraví člověka.

Chce to jen nebýt pohodlný a investovat trochu peněz a volného času do Vašeho zdraví. Investice, která se zaručeně vyplatí!

Toto je pouze návrh, jak by posilovna mohla fungovat. Na případné podněty chceme pružně reagovat.

Zdenek Bašta