



VITA SANA CLUB
FITNESS LIFESTYLE 

OPEN DAY **STAR BIKE**

V sobotu 10.12.2011

Členové i nečlenové si mohou pod vedením instruktorů vyzkoušet nová kola STAR BIKE značky Panatta.

Čekají na Vás 3 typy lekcí :

15.00 – 15.50 **FARTLEK** (65% - 85% max. tepové frekvence)

16.00 – 16.50 **NÍZKÁ VYTRVALOST** (65% - 75%)

ZAMĚŘENO NA SPALOVÁNÍ TUKŮ

17.00 – 17.50 **EXTENZIVNÍ INTERVAL**

(65% - 85%)

Cena 70,- Kč / lekce.

Pro členy Vita Sana Clubu vstup na všechny lekce **ZDARMA**.

Prosíme o včasnou rezervaci kol na jednotlivé lekce na recepci tel.:

+420 776 44 55 66

www.vitasana.cz

