

# UVOLNĚNÉ SVALY.CZ

---

Pokud s cvičením začínáte, nebo nemáte s cvičením s pomůckami zkušenosti, můžete využít znalosti tréninkového instruktora, který Vám vše podrobně ukáže.

## Dostupní instruktoři, kteří se Vám budou rádi věnovat:

---



### Silueta fitness

Galerie Florián (1. patro)

Havlíčkovo náměstí 93/6, 397 01 Písek

**Tel.:** 773 797 495, 773 797 494

**E-mail:** info@siluetafitness.cz

**Web:** www.siluetafitness.cz

**Zaměření studia:** Pomalé lekce Body & Mind (Pilates, Joga, Naam joga, Spirální stabilizace páteře, Čchi Kung, Tai-Chi) s menším počtem klientů a uzavřenější skupinou, tudíž s ještě větší péčí o každého klienta.

**Cena individuálního cvičení s Franklin Balls & Rolls:** 500 Kč / hod.

---



### Marie Urychová

Vráž u Písku 35, 397 01 Písek

**Tel.:** 728 036 509

**E-mail:** marie@marieurychova.cz

**Web:** www.marieurychova.cz

**Zaměření:** Náprava chodidel, masáže, samomasáže, cvičení na páteř a klouby

**Cena individuálního cvičení s Franklin Balls & Rolls:** 500 Kč / hod.

---

**V případě zájmu o cvičení s instruktorem, kontaktujte prosím přímo instruktora, kterého jste si vybrali na výše uvedených kontaktech.**