



# **VENKOVNÍ TRÉNINKY ZDARMA**

## **KDOKOLIV SI MŮŽE PŘIJÍT ZDARMA ZACVIČIT**



**FITNESS  
STEZKA  
ROKYTKA**

Usilujeme o správný směr životního stylu obyvatel Prahy 9, chceme přivést lidi k aktivnímu trávení volného času při sportu, chceme vytvářet podmínky pro to, aby se lidé potkávali a vytvářeli komunitu, nacházeli nové přátele a ztráceli nadbytečné kilogramy.

Díky mimořádné podpoře Městské části Prahy 9 jsme získali zázemí pro jedinečný projekt veřejných venkovních tréninků

v parcích této městské části. Každému poradíme jak začít, budeme ho sledovat, podporovat a poradíme s jídelníčkem.

Tréninky jsou rozděleny dle výkonosti na úplné začátečníky a pokročilé. Máme připraven speciální program pro maminky s dětmi.

Ať už je váš cíl jakýkoliv, věřte, že první krok nemusí být vždycky těžký!



**REGISTRUJ SI ZDARMA  
SVŮJ PRVNÍ TRÉNINK  
NA ROKYTCE**

více info: [www.devitkavpohybu.cz](http://www.devitkavpohybu.cz)

  
**DEVÍTKA  
V POHYBU Z.S.**

