

in  
FLY GROUP, Hrušica 9, 4276 Hrušica, GSM: 031 340 631, [nelly@fly-box.si](mailto:nelly@fly-box.si), [www.fly-box.si](http://www.fly-box.si)

## FLY GROUP VODENE VADBE POD POKROVITELJSTVOM ZAVODA ZA ŠPORT JESENICE

Zavod za šport Jesenice organizira Fly group programe skupinskih vadb za rekreacijo deklet in žensk v mestu Jesenice. Programe Fly group izvaja Športni klub Sunrise pod vodstvom inštruktorice Sanele Trako – Nelly. Fly group programi so namenjeni zdravemu duhu mentalno in za zdravo telo – Mens sana in corpore sano. Z vadbo si pomagajte pri hujšanju, premagate odvečno težo in celulit, se zabavate in postanete fit fizično in mentalno. Vadba je namenjena ženskam vseh starosti in vseh postav. Vadbe se je potrebno le udeležiti, za vse ostalo poskrbijo motivirane in energične inštruktorice.

**Dne 29.10. DAN ODPRTIH VRAT** ob 10h zjutraj v Dvorani Kolpern na Jesenicah- potekala bo predstavitev naslednjih vadb – Vabljeni na brezplačni preizkus in svetovanje :

**Fly-box** - hujšanje in oblikovanje celotnega telesa, mix hujšanje vsi sporti in borilne vscine za zenske, krepitev zadnjice in trebušnih ter vaje z 0,5 kg utežkami za oblikovanje celotnega telesa.

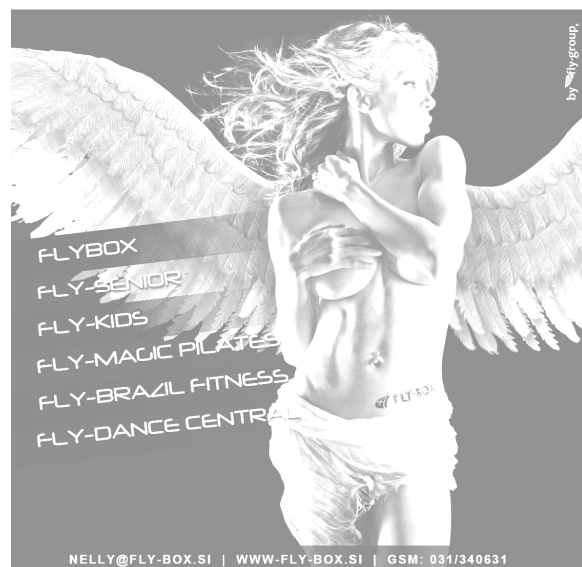
**Fly magic pilates** - oblikovanje zadnjice in trebušnih mišic z pilates žogo

**Fly brazil fitness** - hujšanje z brazilskim plesom in utežmi

**Fly-senior** – vadba za seniorje

**Fly dance academy** - plesna akademija za otroke in najstnike

**Osebno trenerstvo** - program osebnih treningov in program prehrane



Vadbe organizira Zavod za šport Jesenice po naslednjem urniku:

Dvorana Kolpern, **Cesta Franceta Prešerna 45, 4270 Jesenice,**

**ponedeljek in sreda 19-20h.**

Mesecna karta samo 27 EUR, dijaška in študentska 25 EUR.

Prijave na: 031/340-631 ali na email: [nelly@fly-box.si](mailto:nelly@fly-box.si).

Vabljeni!

PRIJAVE IN REZERVACIJE NA:

031 340 631, email: [nelly@fly-box.si](mailto:nelly@fly-box.si), Opis vseh programov na: [WWW.FLY-BOX.SI](http://WWW.FLY-BOX.SI)

FLY-GROUP, Hrušica 9, 4276 Hrušica, Gsm: 031340631, E-mail: [nelly@fly-box.si](mailto:nelly@fly-box.si)