***SEMINÁR***

***sobota 5.1.2013***

 *je zaměřený na posílení hlubokého stabilizačního systému, kompenzační cviky, stretching.*

*Seminář povede lektorka Mga. Jana Šimková, která je držitelkou několika certifikátů*

* **CERTIFICATION PROGRAMS MASTER TEATCHER KATHY COREY**
* **Pilates Mat teacher Certification**
* **Pilates Equipment teacher Certification core program**
* **Pilates Equipment teacher Certification comprehensive program**
* **Pilates Equipment workshop Ladder barrel, Ped-i-pul**
* **Instruktor Pilates - Mat I, II, III + Ron Fletcher Towel work**
* **Spirals - program I**
* **Instruktor Nordic walking**

 *a spousty dalších ☺*

*Seminář je organizován pro členy SK MG Veselí nad Moravou a Karate Sakura*

*a bude probíhat ve dvou blocích*

***9.30 hodin – 10.30 hodin – skupina do 13- ti let***

***11.00 hodin – 12.00 hodin – skupina od 13- ti let***

*Místo konání : bude upřesněno*