

# DÁRKOVÝ POUKAZ na kurz chůze s holemi **NORDIC WALKING**

věnovaný paní

.....

## **Chod'te s holemi elegantně, správně a zdravě!**

Udělat si čas sami pro sebe, udělat něco pro své zdraví? To přece za to stojí!

Pojďte se naučit **správnou techniku chůze s holemi**, ať si sami vyzkoušíte její krásu a benefity.

I touto pohodovou cestou se jde **vypracovat k lepší kondici, postavě a zdraví.**

Budete se **cítit uvolněně, naberete novou energii.**

**Kouzlo Nordic Walkingu spočívá v tom, že je vhodný pro všechny, bez ohledu na věk, váhu a kondici.**

Tímto Základním kurzem si můžete odzkoušet, jestli by Vás tato aktivita bavila, dozvíte se a naučíte se základní návyky.

Pojďte si to prostě vyzkoušet!

Těším se na Vás.

Hana Majerová

[www.vdobrekondici.cz](http://www.vdobrekondici.cz)



Datum platnosti poukazu: do 31.12.2023