

# TABATA™

**!!! NOVINKA !!!**

Každé **PONDĚLÍ od 20:00** se Šárkou

Cena: **100 Kč** za 55 minut

**900 Kč** za 10 hodin (permanentka platná 2 měsíce)



## Co je Tabata ?

Efektivní a náročná metoda intervalového tréninku, při kterém se zvyšuje fyzická a síla zároveň – získáte aerobní kondici a nárůst dynamiky.

**Rezervujte se** na našich webových stránkách [www.fitnessrepy.cz/login\\_b2.html](http://www.fitnessrepy.cz/login_b2.html), telefonicky na číslech 235 325 444, 724 140 950 nebo osobně.

Přibližná ukázka tabaty na Youtube – Tabata workout (Popsugar fitness)