

CVIČENÍ AEROBIKU

V sobotu 10. března 2007 se uskutečnilo ve sportovní hale Masarykova gymnázia cvičení aerobiku pro širokou cvičící veřejnost. Cvičení se zúčastnilo 84 žen z celého kraje. Dvě děvčata přijela dokonce ze Slovenska /Žiliny/. Cvičitelky Klára Buzková z Prahy a Tereza Sattková z Příbora předvedly nejnovější formy tanečního aerobiku. Děvčata si nejen „zatancovala“, ale prověřila svoji kondičku při posilovací hodině. Výkon obou cvičitelek byl stoprocentní.

Závěrečnou čtvrtou hodinu doplnil Dan Müller z Prahy , který do Příbora přijel z Anglie. Zde si doplňoval vzdělání pro specializaci pillates. Pillates je druh posilovacího cvičení, které intenzivně zpevňuje a tvaruje celé tělo. I když ve světě je tato forma cvičení velmi oblíbená a v naší republice jde také do „kurzu“, děvčata v sobotu nenadchla.

Sobota se vydařila a sklídila od cvičících velký ohlas.

Nedostatkem sobotního dopoledne byl jen malý zájem od příborských diváků. Věřte bylo se na co podívat. Takže příště se budeme těšit na všechny příznivce aerobiku.



Oddíl aerobiku při TJ Příbor

