

Dance / Step aerobik

Lektor: Jaroslav Vobr

Kód předmětu: ZKF208

V průběhu semestru se pravidelně střídají lekce Dance aerobik a Step aerobik, které jsou doplněné závěrečným posilováním břišních svalů a strečinkem.

Obsah lekcí je inspirován aktuálními trendy v oblasti fitness.

Místo konání

Cvičební sál IB307

Vysoká škola ekonomická – nám. W. Churchilla č. 4, Praha 3 – Žižkov, [mapa](#)

