

AEROBIK U MOŘE

~~Palmová Riviera - Cupra Marittima -
Camping Terrazzo sul Mare~~

14.6. - 23.6.2024



Cena za osobu



6.990 Kč

Dítě do 10,99 let

5.490 Kč

Cena za osobu (vlastní doprava) 3.900 Kč

V ceně: doprava luxusním autobusem (video, klimatizace, WC) nebo vlastní doprava, ubytování na 7 nocí ve 3, 4 a 5 lůžkových bungalovech nebo v mobilních domech se dvěma dvoulůžkovými ložnicemi, spotřeba el.energie, vody a plynu, lůžkoviny, klimatizace, závěrečný úklid, slunečník + 2 lehátka na pláži ke každé ubytovací jednotce, italský večer s ochutnávkou vín, drink na uvítanou, využití bazénu v campu, vedení aerobiku, pojištění CK proti úpadku

Cvičit budeme 2x denně – ráno aerobik, bodystyling nebo klidnější protahovací cvičení, v případě zájmu odpoledne půlhodinka aquaerobiku v bazénu a večer taneční hodina – Fitness dance!

Fitness dance je směsice jednoduchých opakujících se pohybů propojených s hudbou. Je složena z jednotlivých písní, na každou z nich je vytvořena choreografie dle stylu salsa, bachata, pop, rock, mambo apod. a obsahuje i aerobikové prvky. Střídáním rychlejších a pomalejších rytmů se nenásilnou formou spalují tuky a tvaruje postava. Je vhodná pro všechny věkové kategorie, pro začátečníky i pokročilé tanečníky. Každý si najde svůj vlastní styl. Má za cíl vytvořit fyzické cvičení spojené se zábavou.

