



Mgr. Lenka Pytelová  
Kontakt: 723 192 921



HELP TO  
BE FIT

# OSOBNÍ TRENÉR

Chcete dosáhnout svých stanovených cílů (redukce hmotnosti, kondiční trénink, zdravotní cvičení nebo chcete jednoduše udělat něco pro své zdraví)? **Jsem tu pro Vás!**

- ✓ Zaměření na správnou techniku cvičení a dýchání (základ efektivního cvičení)
- ✓ Motivace klienta
- ✓ Individuální přístup
- ✓ Sestavení individuálního tréninkového plánu