



## Trenuj skutecznie, bezpiecznie i komfortowo:



Budowa masy mięśniowej



Trening redukcyjny



Podstawowe plany treningowe



Treningi ogólnorozwojowe

**BEZPŁATNIE W KAŻDY WTOREK I CZWARTEK 18.00 - 20.00**  
**MIEJSKA HALA SPORTOWO-WIDOWISKOWA**

### Kontakt:

- tel. 452- 035-743
- hubercik1794@gmail.com

