

**Zdravotní tělesné cvičení - Spirální stabilizace páteře  
pro celkovou fyzickou kondici a tělo bez bolesti**

**ROK 2021 (platnost od 1. 9. do 31. 12. 2021)**

<b>PREVENTIVNÍ SKUPINOVÉ CVIČENÍ 60 min. s korekcí cviků</b>						
Pro bolavé případy jsou určeny individuální hodiny!						
<b>Základní ceny za jednorázový vstup - skupinového cvičení - ZAČÁTEČNÍK nebo POKROČILÝ (bez permanentky)</b>						
osoba do 65 let - 160 Kč			senior od 65 let - 130 Kč			
<b>SLEVOVÉ CENY skupinového cvičení - PERMANENTKA na pravidelné cvičení</b>						
<b>kategorie</b>						
skupina	osoba do 65 let			skupina	osoba od 65 let	
ZAČÁTEČNÍCI	2 175 Kč / 15 h á 145 Kč			ZAČÁTEČNÍCI	1 875 Kč / 15 h á 125 Kč	
POKROČILÍ	1 300 Kč / 10 h á 130 Kč			POKROČILÍ	1 100 Kč / 10 h á 110 Kč	
POKROČILÍ	2 200 Kč / 20 h á 110 Kč			POKROČILÍ	1 800 Kč / 20 h á 90 Kč	
Nejsm plátcem DPH.						
ZAČÁTEČNÍCI - učíme se 12 zákl. cviků bez i na balanční podložce			POKROČILÍ cvičíme > 12 cviků bez i na balanční podložce			
Příspěvek zdravotních pojišťoven 1x ročně po předložení dokladu o zaplacení a nejméně 3 měsíce od vystavení dokladu (faktura či pokladní doklad)						
<b>ROZPIS HODIN</b>						
ROK	kurz	kurz	kurz	kurz		
<b>2021</b>	pondělí	úterý	středa	čtvrtek	<b>Prodej cvičebních pomůcek</b>	
měsíc	poč.hod	poč.hod	poč.hod	poč.hod		
září	4	3	5	5	Cvičební lano 600 Kč	
říjen	4	4	4	3	cvičební podložka profi černá 800 Kč	
listopad	5	5	3	4	cvičební podložka osobní 500 Kč	
prosinec	2	2	3	3	opěrná tyč (hůlka) - 2 ks 140 Kč	
<b>celkem</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	zelená prodlužovací koncovka 50 Kč	
					černá prodlužovací šňůrka 50 Kč	
					stropní elastické lano 150 Kč	

Všeobecné podmínky v harmonogramu - viz příloha

[www.budemilip.cz](http://www.budemilip.cz)

FB: Bude mi líp

[www.spiralstabilization.com](http://www.spiralstabilization.com)

O státních svátcích necvičíme !

Libuše Irsa Kojzarová - IČ 41155840

Se zdravotními pojišťovnami nespolupracuji !

Kontakt:

e-mail: [irsakojzarova@gmail.com](mailto:irsakojzarova@gmail.com)

tel.: 732 320 033

V České Lípě, 1. 9. 2021