

# ENTRAÎNEMENT À LA COURSE À PIED / BĚŽECKÝ TRÉNINK



- **Un entraînement complet avec des professionnels est prévu pour les participants.**
  - 90 minutes (échauffement, course, stretching)
  - consultation individuelle
  - vestiaires, douches au Running Mall
  - gratuitement - diagnostic et analyse de vos appuis lors d'une course, dans le magasin adidas running – PIM store
  - 20% réduction sur tous les biens dans le magasin pour tous les participants
  - salle de musculation de course Sport Lounge avec appareils de fitness et de cardio

- **Pro účastníky je připraven kompletní trénink s profesionálními trenéry.**
  - 90 minut (rozcvičení, běh, strečink)
  - individuální konzultace
  - šatny, sprchy v zázemí Running Mall
  - zdarma diagnostika a analýza běžeckého došlapu v obchodě adidas running – PIM Store
  - 20% sleva na veškeré zboží v obchodě pro všechny účastníky akce
  - běžecká posilovna Sport Lounge s posilovacími a kardio stroji



**CCFT en mouvement**  
**/ FČOK v pohybu**  
**Un esprit sain dans**  
**un corps sain ! / Ve zdravém**  
**těle zdravý duch!**

**LES PROCHAINES ÉDITIONS**  
**AURONT LIEU / PŘÍŠTÍ TRÉNINKY**  
**SE USKUTEČNÍ:**

**11. 5. 2015 18H–21H**

**15. 6. 2015 18H–21H**

**LIEU / MÍSTO: RUNNING MALL,**  
**FRANTIŠKA KŘÍŽKA 461/11, PRAHA 7**

**Nombre de places limité, merci**  
**de vous inscrire auprès de Petra Hujerová**  
**hujerova@ccft-fcok.cz.**  
**/ Z důvodu omezené kapacity se,**  
**prosíme, registrujte u Petry Hujerové**  
**hujerova@ccft-fcok.cz.**