

Bienvenue!

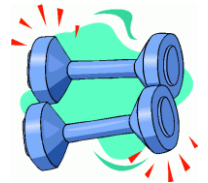


ЛАСКАВО ПРОСИМО!

Group Fitness Classes /Cours en groupe/Фітнес- класи

Wednesday/Mercredi/Середа 18:30-19:25 Body-Design class

Friday/Vendredi/П'ятниця 18:30-19:25 Aero-Toning class



**Tonifiez chaque muscle de votre corps,
améliorez votre posture et alignement, étirements relaxants !!!**

**Toning exercises for all your muscles,
improve your posture and alignment, relaxing stretches!!!**

**Комплекс фізичних вправ, спрямований на підтримку
і зміцнення здоров'я,
зниження ваги,
підвищення тонусу всіх м'язових груп,
розтяжка м'язів і релаксація!!!**

Adults/Adultes/Дорослі-10\$

(10+)Children/Enfants/Діти-5\$

ADDRESS/ADRESSE/АДРЕСА:

6250, 12th Avenue, entrance/entrée/вхід Parish Hall door

St. Sophie Ukrainian Orthodox Cathedral

Contact/ contactez/ контакт: Olenka Vovk cell: 438-877-3176

Certified group fitness instructor, personal trainer, professional ballroom dancer.

