



**Bolí Vás chrbát?
Máte zlé držanie tela?
Ste nestabilní pri chôdzi?
Máte slabé brušné svaly?
Máte skoliózu?**

SM systém

**Príd'zte na pravidelné cvičenia novej
metódy liečby a prevencie bolestí chrbta**

**miesto a čas stretávania: každý pondelok o 18:00 hod.
Sála kultúrneho domu v Muránskej Dlhej Lúke**

pod odborným vedením
magisterky fyzioterapie Rút Hudecovej

**Cvičenie je určené pre všetky vekové kategórie.
Noví záujemci, prosím nahláste sa na číslo +421 905 845 794
za účelom zabezpečenia cvičebnej pomôcky**