



FITNESS

PIERWSZE ZAJĘCIA
12.02(WTOREK)
GODZ. 18:00

WSTĘP WOLNY

STORKÓWKO- ŚWIETLICA
WTOREK
CZWARTEK **18:30**

Prowadząca
AGNIESZKA
instruktor sportu: fitness

- zajęcia przy muzyce dla pań w każdym wieku
- ćwiczenia cardio
- ćwiczenia wzmacniające całe ciało
- smukła sywetka
- ćwiczenia rozciągające
- trening obwodowy
- ogromna porcja motywacji
- poprawa samopoczucia i ogólnej witalności organizmu

SERDECZNIE ZAPRASZAM

