

## MIKOŁAJKOWE ZAJĘCIA FITNESS

Serdecznie zapraszamy na bezpłatne Mikołajkowe Zajęcia Fitness. 6 grudnia, godz.19.00 i 20.00 - instruktorka Grażyna zaprasza na specjalną mikołajkową choreografię zajęć w wodzie pod nazwą " Aqua z Mikołajem". 9 grudnia - mikołajkowe wariacje odbędą się podczas zajęć fitness na sali. 18.00 - Wariacje Pilatesowe z Mikołajem - Grażyna W. 19.00 - Świąteczna Zumba - Emilia K. 20.00 - Hot&spicy flavor latino - Emila K. Zajęcia w tym dniu będą bezpłatne. Obowiązuje limit 20 osób. Warunkiem udziału jest zapisanie się przez aplikację e-fitness . Na zajęciach mile widziane świąteczno-mikołajkowe atrybuty/przebranie. W obiekcie i na zajęciach należy przestrzegać reżimu sanitarnego.