

WIOSENNY MINI MARATON FITNESS

Wiosnę przywitamy z nową energią! Zapraszamy na Mini Maraton Fitness, który odbędzie się 22 marca br. (środa) w godz. 17.30-20.30 na sali konferencyjno-sportowej z kolei w godz. 19.00-20.50 na pływalni krytej. Zajęcia poprowadzą nasze instruktorki zgodnie z programem: Fitness na sali: 17.30-18.30 Sexy Workout Projekt - Emilia Kuszniur-Mącznik 18.35-19.05 Fit4 Fun - trening wzmacniający i kształtujący mięśnie - znane ćwiczenia w wiosennej odsłonie. - Agnieszka Kościan 19.10-19.40 Mix Class - Joanna Sokołowska 19.45-20.15 Body Art - Joanna Sokołowska Fitness w wodzie: 19.00 "Wiosenne szaleństwo w wodzie - aqua aerobik na wesoło" - Grażyna Wyczałkowska 20.00 "Wiosenne szaleństwo w wodzie - aqua aerobik na wesoło" - Grażyna Wyczałkowska