

Serdecznie zapraszamy na bezpłatne SOBOTNIE treningi nordic walking, z ćwiczeniami rozgrzewkowymi, nauczającymi lub doskonalącymi technikę, oddechowymi i rozciągającymi. Treningi będą odbywać się co tydzień w godz. 9.00-10.30.

Zajęcia poprowadzi instruktorka nordic walking Pani Marzena Sowińska.

Zaczynamy 18 kwietnia 2015 r. - spotykamy się przed wejściem głównym Szkoły w Książenicach.

Prosimy o zgłaszanie chęci uczestnictwa mailem: fundacja@ksiazenice.net lub telefonicznie 509109081 (Iwona), 607334228 (Joanna).



