

Zapraszamy na zajęcia Fit Senior

24 lutego 2023

kategoria:

Aktualności



Zajęcie Fit Senior

Przypominamy, że 17 lutego wznowiono prowadzenie zajęć ruchowych pt. „Fit Senior”.

Treningi „Fit Senior” poprawiają samopoczucie, redukują stres, wzmacniają serce i poprawiają jego wydajność, zwiększają siłę i wydolność organizmu. Ponadto podnoszą ogólną sprawność organizmu.

Zajęcia prowadzi wykwalifikowany trener Bartosz Brela - założyciel klubu fitness „Bartez Dance Fitness” - w każdy piątek o godzinie 10.30 na sali baletowej MOSiR przy ulicy Sportowej 2 w Czeladzi.

Przypominamy, że na zajęcia prowadzone są zapisy telefoniczne w każdy poniedziałek od godziny 8.00 pod nr: 32 763 79 76. Serdecznie zapraszamy!

Źródło: Wydział Edukacji i Polityki Społecznej