

Ruszają nowe zajęcia FIT 30+ oraz FIT SENIOR

ZAPISY DO SEKCJI

DOM KULTURY W OZIMKU

ZAJĘCIA RUCHOWE

BĄDŹ FIT !

Zapisy od 9:00 do 15:00
w pokoju nr 9 (kasa DK)

FIT30+
czwartki
19:00-20:00

FIT SENIOR
czwartki
10:00-11:00

Zapisy osobiście, telefonicznie 77 465 11 39
oraz mailowo zapisydkozimek@gmail.com

więcej informacji oraz deklarację na stronie internetowej
www.dk.ozimek.pl

zakładka → **SEKCJE zapisy** → patrz dół strony

Nowe propozycje zajęć w Domu Kultury specjalnie dla Was.

Zajęcia ruchowe dla każdego.

FIT 30+ to propozycja ruchu z elementami aerobiku zajęcia będą odbywały się w czwartki w godz. 19:00 - 20:00 w sali 21. Na zajęcia zaprasza Ewa Domanasiewicz.

FIT SENIOR to poranna propozycja dla naszych seniorów. Proste ćwiczeni, dobrane do potrzeb ludzi starszych. Zajęcia poprowadzi Artur Halupczok.

Chętnych zapraszamy do zapisów osobiście w kasie Domu Kultury (pok. nr 9) lub mailowo: zapisydkozimek@gmail.com.

Poniżej do pobrania deklaracja oraz regulamin.