Fit 30+

FIT 30+

Fit 30+ to zajęcia dla dziewczyn, które chcą się energicznie poruszać i podnieść poziom endorfin. Skaczemy, machamy rękami, nogami, czasem zdarza się nam zatańczyć kankana. Aktywność cardio przeplatamy ćwiczeniami na poszczególne partie mięśni – zakwasy gwarantowane. Zabierz ze sobą matę, butelkę wody i sportowe buty – dobry humor i energia czekają na miejscu.

Zapraszamy na zajęcia!

- Instruktorka: **Ewa Domanasiewicz**
- Zajęcia w sezonie 2026/27:
- czwartki, 19:00–20:00, sala 21