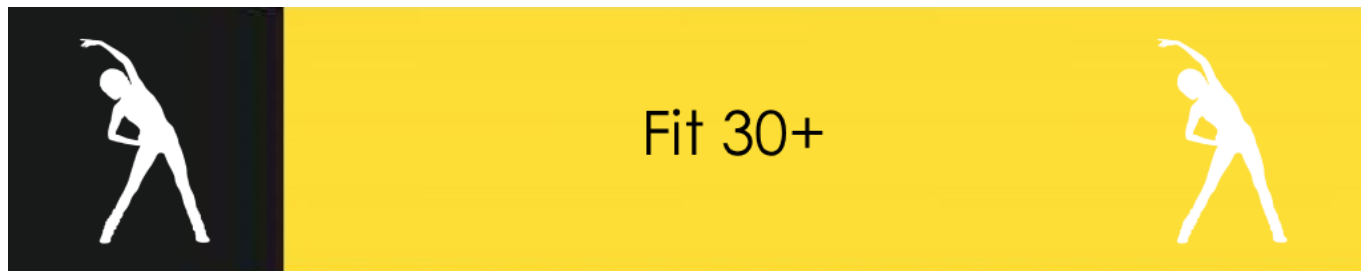


Fit 30+



Fit 30+ to zajęcia dla dziewczyn, które chcą się energicznie poruszać i podnieść poziom endorfin. Skaczymy, 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.

Prowadząca: Ewa Domanasiewicz

Zajęcia w czwartki, g. 19:00-20:00, sala nr 21