

Wydarzenia

Sobota, 3 lutego 2018

Pilates i zdrowy kręgosłup dla seniorów

Od lutego zapraszamy wszystkich seniorów na zajęcia Zdrowy kręgosłup z elementami pilatesu, które odbywać się będą w soboty w lutym (3, 10, 17, 24) i w marcu (3, 10, 17, 24) w Klubie Fitness Solny Fit w Centrum Edukacyjno - Rekreacyjnym „Solne Miasto”.

Zajęcia prowadzić będą Klaudia Noworyta i Kamila Maciejko w dwóch grupach:

Grupa I - godz. 11:00 - 12:00

Grupa II - godz. 12:00 - 13:00

Ilość uczestników w jednej grupie: 20 osób

Koszt: 24 zł za 8 zajęć

Zapisy i wpłaty: od 10 stycznia w godzinach 8:00 - 15:00 w bibliotece w dziale Administracji. Liczy się kolejność zgłoszeń.