

Uczestnicy listopadowych zajęć ruchowych w „Tajemniczym Ogrodzie” nie próżnowali! Ćwiczenia zaproponowane przez instruktorkę wymagały nie tylko zręczności ale również uwagi. Po raz pierwszy wykorzystaliśmy do tego celu książki, które zresztą świetnie się sprawdziły. A to jedna z ich wieceelu zalet. My znamy co najmniej siedemnaście! Spora dawka rozgrzewającej energii w parze z ciekawą lekturą to idealny duet na jesienną słońce.



[Zajęcia fitness](#)



[Zajęcia fitness](#)



[Zajęcia fitness](#)



[Zajęcia fitness](#)



[Zajęcia fitness](#)



[Zajęcia fitness](#)