



Biblioteka jest Kobieta! – świętujemy Dzień Kobiet

Opis

Z okazji jednego z najpiękniejszych świąt zaznaczonych na kartach kalendarzy całego świata – Międzynarodowego Dnia Kobiet proponujemy Paniom pragnącym zaznać relaksu i poprawić kondycję fizyczną udział w dwóch spotkaniach pod hasłem „Spokojny umysł – silne ciało”.

Serdecznie zapraszamy:

– 6 marca (poniedziałek) o godz. 16.00 na zajęcia jogi „Jak zadbać o kobiece moce?”, które poprowadzi Joanna Smoleńska – coach, instruktor gimnastyki słowiańskiej, nauczycielka jogi;

– 9 marca (czwartek) o godz. 16.30 na zajęcia fitness „Siła kobiet”, które poprowadzi Anna Jancy, trener personalny, trener fitness.

Spotkania odbędą się w Filii nr 1 przy ul. Wilkońskiego 32.

Obowiązują zapisy pod numerem telefonu (52) 35 76 470.

UWAGA! Prosimy o zabranie ze sobą wygodnego stroju, ręcznika oraz karimaty. Do zobaczenia Kobietki!



BIBLIOTEKA

Z

Jak zadbać o

Joga - zajęcia poprowa

06.03.2023 R. (P

GODZ.



CATEGORY

1. Archiwum

Kategoria

1. Archiwum

Data

2024/12/28

Data utworzenia

2023/02/24

Autor

admin-2