

Fitness dla dzieci w „Tajemniczy Ogrodzie”? Czemu nie!

Fitness dla dzieci to przede wszystkim nauka właściwej postawy – chodzenia, siadania czy pisania. To na takich właśnie ogólnorozwojowych zajęciach można przy dobrej zabawie wypracować nawyki, które będą gwarantowały dzieciom zdrowie przez wiele lat. Ale to nie wszystko! Odpowiednio dobrane ćwiczenia wyciszają, relaksują i redukują stres. Na zajęcia zapraszamy dzieci od lat 6, do „Tajemniczego Ogrodu” przy ul. Kilińskiego 16 już **8 lutego** o godz. **16.00**. Spotkanie poprowadzi Jana Tichonova – instruktorka fitness, bungee fitness i pilates. Zajęcia są bezpłatne i odbywać się będą 1 raz w miesiącu. Prosimy o zabranie maty do ćwiczeń i wygodnego stroju. Liczba miejsc jest ograniczona!

Zapisy pod nr tel. **(52) 352 72 37** lub osobiście w „Tajemniczym Ogrodzie”, przy ul. Jana Kilińskiego 16.

Fitness dla dzieci w „Tajemniczy Ogródzie”? Czemu nie!



**WYCISZAJĄCY
FITNESS
DLA DZIECI**



**08.02.2022
16:00**

"Tajemniczy Ogród"
ul. Kilińskiego 16



**PROWADZĄCA:
JANA
TICHONOVA**

Zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku od 6-10 lat. Liczba miejsc ograniczona! Obowiązują zapisy (52) 352 72 37

Fitness dla dzieci w „Tajemniczy Ogrodzie”? Czemu nie!