

TrzyMAMY formę!

We wtorkowe popołudnie w Filii nr 1 spotkały się panie dbające o dobrą formę psychofizyczną w myśl zasady „w zdrowym ciele zdrowy duch”. Zajęcia fitness poprowadziła Anna Jancy, trener personalny. Aktywne czytelniczki ćwiczyły na karimatach, przy krzesłach, na stojąco, siedząco i leżąc! Zajęcia zorganizowano z okazji Dnia Matki pod hasłem „TrzyMAMY formę!”. Była energia, moc i dobry humor!



TrzyMAMY formę!



TrzyMAMY formę!

