

Fitness - Aktywne i Zdrowe Kobiety



Do kogo skierowany jest ten program?

- Dla kobiet od 16. roku życia
- Mieszkanek os. Piskorzewie
- Osób bez przeciwwskazań zdrowotnych



Co oferujemy?

- Indywidualny dobór ćwiczeń
- Raz w miesiącu - bezpłatne konsultacje dietetyczne dla osób z nadwagą i otyłością
- 51 godz. ćwiczeń – całkowicie BEZPŁATNYCH!!!

ZAPRASZAMY

- ⇒ **W każdy wtorek godz. 18.30-19.30**
- ⇒ **Sala gimnastyczna**
- ⇒ **Szkoła Podstawowa nr 12 w Kaliszu, ul. Jana Długosza 14**