



Dodatkowe zajęcia dla seniorów

Dodatkowe zajęcia dla seniorów

Od czwartku (5 kwietnia) zapraszamy seniorów na dodatkowe zajęcia "Zdrowy kręgosłup". Widzimy się o godz. 13.00 w sali fitness Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji.

– Zawsze staramy się wychodzić naprzeciw potrzebom mieszkańców – mówi Jolanta Urbańska, dyrektor Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Konstancinie-Jeziornie. – Także teraz, dodatkowe zajęcia "Zdrowy kręgosłup" są odpowiedzią na sugestie i duże zainteresowanie seniorów tą formą aktywności fizycznej.

Dodatkowe spotkania dla seniorów będą odbywały się w każdy czwartek (od 5 kwietnia) w godz. 13.00 - 14.00 w sali fitness ośrodka sportu. Zajęcie "Zdrowy kręgosłup" poprowadzi instruktorka Iwona Rogalska. Serdecznie zapraszamy!

Zapisy: w biurze GOSiR (od pon. do pt. w godz. 9.00-15.30) oraz w recepcji (od pon. do pt. w godz. 15.30-21.00), telefonicznie pod nr: 22 754 61 86 wew. 23 lub mailowo: Ten adres pocztowy jest chroniony przed spamowaniem. Aby go zobaczyć, konieczne jest włączenie w przeglądarce obsługi JavaScript..