

Zajęcia ogólnousprawniające dla seniorów z Gostycyna



Zajęcia ogólnousprawniające dla seniorów z Gostycyna

Data publikacji

19.09.2023 11:22

Gminny Ośrodek Kultury w Gostycynie zaprasza na zajęcia ogólnousprawniające „Aktywny Senior+”.

Ćwiczenia pozwolą usprawnić kręgosłup, zwiększą wytrzymałość, poprawią koordynację ruchową, stabilizację oraz wzmocnią mięśnie.

Zajęcia poprowadzi wykwalifikowany fizjoterapeuta.

Więcej informacji o zajęciach oraz zapisy pod nr tel. 513 141 122.



OGŁOSZA NABÓR

NA ZAJĘCIA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCE

**AKTYWNY
SENIOR +**

W NASZYM GOK



ZAJĘCIA POPROWADZI

fizjoterapeuta mgr Alicja Wiluś

WIECEJ INFORMACJI



513-141-122

Źródło: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=686448343512193&set=a.458708402952856>

Grafika: <https://pixabay.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)