



Centrum
Usług Społecznych
w Skawinie

ABC NORDIC WALKING

KROKI DO ZDROWIA I BUDOWANIA RELACJI SPOŁECZNYCH

Bezpłatne zajęcia w grupie dla
osób w wieku senioralnym (60+)

- ✓ 1 spotkanie wprowadzające (wykład)
- ✓ 3 spotkania treningowo-instruktażowe

Liczba miejsc ograniczona!

ZAPISY DO 7 CZERWCA
TEL.: 785-324-114

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

Spotkanie wprowadzające:

Data: 10 czerwca 2024 r. (poniedziałek)

Godzina: 17:00 – 18:30

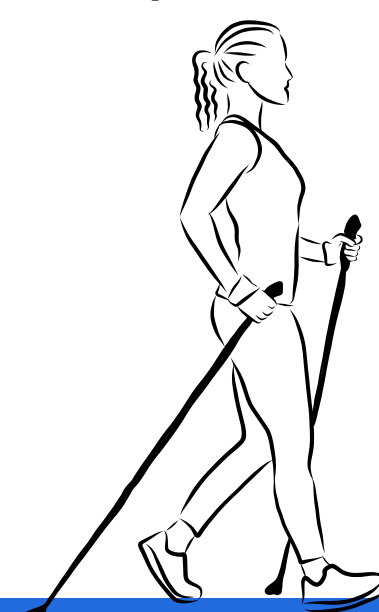
Miejsce: Centrum Usług Społecznych w Skawinie, ul. Ks. J. Popiełuszki 17

Opis: Wykład na temat metody Nordic Walking oraz korzyści płynących z uprawiania tej formy aktywności.

Spotkania treningowo-instruktażowe:

Harmonogram spotkań i regulamin zajęć dostępny na stronie:

www.cus.skawina.net



Dołącz do nas i popraw swoją kondycję oraz nawiąż nowe znajomości!