

Kalinowy Zakątek zaprasza seniorów na Nordic Walking

Kalinowy Zakątek zaprasza seniorów na Nordic Walking

Data publikacji

04.06.2018 14:50

Stowarzyszenie Kalinowy Zakątek z Aleksandrowa Kujawskiego rozpoczęło nowy projekt "Seniorzy na start".

Odbyło się już pierwsze spotkanie, w którym uczestnicy wzięli aktywny udział w zajęciach Nordic Walking. Grupę prowadziła doświadczona instruktorka p. Aneta Przydatek.

Po objaśnieniu zasad i dopasowaniu kijków, zajęcia rozpoczęły się od rozgrzewki, która przygotowała ćwiczących do wędrówki po okolicznym lesie. Spotkanie zostało uwieńczone wspólnym biesiadowaniem i pieczeniem kiełbasek przy ognisku.

Następne zajęcia z Nordic Walking już w czwartek 7 czerwca. Organizatorzy serdecznie zapraszają! Kontakt ze stowarzyszeniem Kalinowy Zakątek - tel. 691 122 409.

Źródło: [facebook.com/KalinowyZakatek](https://www.facebook.com/KalinowyZakatek)

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

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