



TYSKA SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA „ZUZANNA”

ZAPRASZA

SENIORÓW I OS. DOROSŁE

DO UDZIAŁU W PROGRAMIE:

„RUNDKA PO ZDROWIE”

W programie: trening nordic walking + ćwiczenia gimnastyczno-rekreacyjne.

Pamiętaj, że każda podjęta aktywność fizyczna wpłynie w sposób pozytywny na poprawę Twojego zdrowia i kondycji.

Zaproszenie skierowane jest do miłośników chodzenia z kijkami oraz do osób, które chcą rozpocząć przygodę z tą formą rekreacji ruchowej.

Zbiórka uczestników o godz. 11⁰⁰ przy Klubie „Zuzanna”.

Terminy zajęć: 10 wrzesień 2022 r. /sobota/ oraz 13; 20; 27 wrzesień 2022 r. /wtorki/

Oferta programowa skierowana jest do członków TSM „Zuzanna” i osób wspólnie z nimi zamieszkałych.

W razie deszczu i niekorzystnych warunków atmosferycznych impreza rekreacyjna zostaje odwołana.

Szczegółowe informacje: Klub „Zuzanna” tel. 32/ 219-65-12 wewn. 30

Zachęcamy do odwiedzania naszej strony internetowej: <http://www.tsmzuzanna.pl> oraz naszej strony na facebooku: <https://facebook.com/TsmZuzanna/>