

„RUSZAJ Z NAMI START Z KIJAMI”

Jesteś seniorem?

Lubisz przebywać na świeżym powietrzu?

Chodzisz z kijkami lub zamierzasz rozpocząć swoją przygodę z nimi?

Nordic Walking to dyscyplina dla każdego niezależnie od wieku.

**Grupa nieformalna kobiet pod patronatem Pani Burmistrz Śmigła
Małgorzaty Adamczak serdecznie zaprasza seniorów na zajęcia**

Nordic Walking.

Zajęcia będą miały cykl 3 spotkań w okresie

od 15 października do 27 października

**Przeprowadzone będą na świeżym powietrzu, pod okiem instruktorki
Pani Burmistrz Śmigła Małgorzaty Adamczak.**

**Jesienna pogoda sprzyja zamknięciu się w domu, a my chcemy pokazać
że seniorzy mogą
aktywnie spędzić czas.**

**Zachęcamy do udziału
w zajęciach.**

Szczegółowe informacje

**i zapisy można
dokonywać**

telefonicznie:

535 870 228

