



05.02.2016



## Seniorki i Seniorzy - wiosnę przywitajcie aktywnie!

Wraz z wiosną zapraszamy na panel zajęciowy adresowany do żywieckich senierek i seniorów. Proponujemy zajęcia rekreacyjno-ruchowe realizowane w godzinach dopołudniowych, oraz konsultacje z wykwalifikowaną dietetyczką. Całość oczywiście gratis! Wszelkich informacji udzielamy pod numerem: 33 861 47 01.

Zgłoszenia przyjmujemy również telefonicznie pod tym samym numerem: 33 861 47 01, w godz. 7:30 - 15:30.

CO? Zajęcia będą miały charakter dynamicznego spaceru w formie nordic walking.

GDZIE? Park Miejski w Żywcu

KIEDY? od marca do sierpnia 2016

KTO? Każdy, kto ma ochotę, i troszczy się o swoje zdrowie

Jeśli okaże się, że jesteście Państwo zainteresowani współpracą z nami, postaramy się poszerzyć ofertę o inne zajęcia. Czekamy na Państwa sugestie.

Zapraszamy!

Zajęcia poprowadzi wykwalifikowana kadra z Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Żywcu oraz Fundacji K2.