08/10/2025

Aktywana Gmina Lipie

Już w najbliższą niedzielę, 12 października o godz. 15:00, zapraszamy na kolejny trening Nordic Walking w Troninach.
To świetna okazja, żeby ruszyć się z domu, pooddychać świeżym powietrzem i spędzić czas w dobrym towarzystwie.

Regularne marsze z kijami to prosty sposób, by wzmocnić całe ciało, poprawić kondycję i zredukować stres.

Wystarczy zabrać kijki, wygodne buty i pozytywne nastawienie.

Zapraszamy!



Autor:

Klaudia Kwarciak

- Udostępnij: Facebook
- Drukuj
- PDF

Więcej aktualności