Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Wakacyjne zajęcia w GOSiR: ZDROWY KRĘGOSŁUP



Data
10-07-2026r.

Godzina
10.00–11.00

Miejsce
teren przed budynkiem GOSiR (od strony ul. Piasta)

Wstęp
bezpłatny

Sport

Treść

Chcesz zadbać o kondycję i aktywnie spędzić wakacje? Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Konstancinie-Jeziornie zaprasza mieszkańców na bezpłatne zajęcia ruchowe na świeżym powietrzu.

Zajęcia prowadzi doskonale znana mieszkankom i mieszkańcom instruktorka Iwona Rogalska. Od lat prowadzi ona cieszące się dużą popularnością zajęcia dla seniorów, dlatego to właśnie osoby starsze są szczególnie zachęcane do udziału. Oferta jest jednak otwarta dla wszystkich mieszkańców – niezależnie od wieku i poziomu sprawności. Wszystkie spotkania będą odbywać się przed budynkiem GOSiR (od ul. Piasta) w godz. 10.00–11.00.

Adres źródłowy: https://www.konstancinjeziorna.pl/events/wakacyjne-zajecia-w-gosir-zdrowy-kregoslup-3