

Nowy nabór, nowa grupa MOBILITY



Zajęcia MOBILITY organizowane przez [Lubartowski Ośrodek Kultury](#) cieszą się ogromnym zainteresowaniem. Miejsca w pierwszym naborze, na pierwszą grupę rozeszły się jak świeże bułeczki.

Mamy dla Państwa niespodziankę.

Ogłaszamy nabór do drugiej grupy.

Spieszcie się. Ilość miejsc ograniczona 😊

Wypełniony formularz >>>> [plik do pobrania](#) <<<<< trzeba zeskanować i dostarczyć na mail: rekrutacjaloklubartow@gmail.com

CZYM JEST MOBILITY?

Coraz częściej słyszy się o tak zwanym mobility. Co to właściwie jest? Trening mobility związany jest ze zwiększaniem zakresu ruchu podczas wykonywanych ćwiczeń. Zyskuje coraz większą popularność, ponieważ stale poszerza się świadomość osób aktywnych fizycznie, które chcą dbać o swoje zdrowie. Musisz wiedzieć, że Twoja mobilność zmniejsza się wraz z wiekiem.

NOWY

NABÓR NA ZAJĘCIA MOBILITY

Lubartowski
Ośrodek
Kultury



ŚRODA
19.00



Zajęcia ruszają od: **07.02**

ZAPISZ SIĘ JUŻ DZISIAJ



Kontakt, informacje i zapisy:

Lubartowski Ośrodek Kultury ul.Rynek II 1
tel. 81 855 22 42, www.loklubratow.pl
email: rekutacja@loklubartow@gmail.com

