

Lajos Fitt Nap

Ideje: 2022.04.09. 9.00 órától 12.00 óráig

Helyszín: iskola díszterme

Kedves Diákok, Kollégák, Szülők!

Szeretettel hívunk minden mozogni vágyót április 9-én!



Óratípusok;

9.00-9.45 Alakformáló aerobic

10.00-10.45 Cross trening

11.00-11.30 Kangoo torna

11.30-12.00 Táncos aerobic

12.00-12.30 Streching

A helyszínen vérnyomás mérés, vércukor mérés, és testzsír százalék mérés is lesz!

A belépés ingyenes!