

Wieczór fitness i zumby w Dusznikach

W piątkowy wieczór 15 marca br. w sali sportowej w Dusznikach królowała taneczna muzyka i ruch. Imprezę FitNight poprowadziły trenerki zajęć fitness i zumba, które odbywają się w Dusznikach w każdy poniedziałek i czwartek. Przez dwie godziny uczestniczki ambitnie tańczyły i ćwiczyły. Prowadzące – Ola i Iza - zadbały o to, by wszyscy wrócili do domu zmęczeni, ale zadowoleni. W zajęciach uczestniczyło blisko 40 pań, dla których organizator przygotował poczęstunek regeneracyjny – owoce i wodę. Uczestniczki miały również okazję bezpłatnie sprawdzić swoje parametry: wskaźnik BMI i poziom tkanki tłuszczowej.