

Aqua aerobik świętował 20 urodziny

data aktualizacji: 2019.12.20 autor:



(fot. Pływalnia Miejska NAWA)

Liczne grono pań, w Pływalni Miejskiej NAWA świętowało 20-lecie aqua aerobiku w Skierniewicach.

Wydarzenie rozpoczęła wspólna rozgrzewka, którą poprowadziły instruktorki z Pływalni Miejskiej w składzie: Aneta Sarna, Martyna Kwiatkowska, Agnieszka Astrabas i Joanna Korwek. Uczestniczki wzięły udział w czterech blokach ćwiczeń po 30 minut każdy, z użyciem takiego sprzętu jak aqua dyski, betomic, specjalne gumy do ćwiczeń w wodzie oraz aqua drums. Część główna została poprowadzona przez gościa specjalnego, Katarzynę Markowską – Master Trainer SAF AQUA.

Wyjątkowe spotkanie zakończyło się podziękowaniami dla wszystkich pań biorących udział w zajęciach organizowanych w pływalni. Specjalne podziękowania spłynęły na ręce instruktorek, które na przestrzeni 20 lat z zaangażowaniem prowadziły zajęcia i zarażały potężną dawką pozytywnej energii Agnieszki Madej, Małgorzaty Charzewskiej, Małgorzaty Żeliszawskiej (Trębskiej), Anety Sarny, Joanny Korwek, Agnieszki Astrabas, Weroniki Rutkowskiej i Martyny Kwiatkowskiej.

Źródło: <https://skierniewice.eglos.pl/aktualnosci/item/34146-aqua-aerobik-swietowal-20-urodziny>