

Wielki wspólny trening online!

data aktualizacji: 2020.04.18 autor: Adam Michalski



Katarzyna Pawłata zaprasza wszystkich miłośników aktywności fizycznej na wspólny trening online. (fot. Sylwia Franas)

Nie ważne czy trenujesz w klubach: Forma, Estetic Fitness, West Site, Inverno, Cross Sk-ce, czy w innych miejscach. Czy z trenerem, sam, sama, tańczysz zumbę, ćwiczysz w obiektach OSiR, w zaciszu domowym, to wydarzenie jest dla ciebie. W niedzielę o godzinie 19.00 rozpocznie się wielki wspólny trening online.

– My, mieszkańcy Skierniewic, pokażmy że w tym trudnym czasie, mamy motywację, dbamy o nasze zdrowie, jesteśmy razem – mówi Katarzyna Pawłata inicjator wydarzenia, która zaprasza na trening online, na żywo w niedzielę o godzinie 19:00.

– Postaram się, aby w aktywności każdy mógł wziąć udział, będę indywidualizować zadania. Dla jednych to będzie zabawa, dla innych rozgrzewka, a dla jeszcze innych duży wysiłek. Ale ważne, że się spotkamy, online – zaprasza, apelując. – Pokażmy, że w Skierniewicach drzemie wielka ludzka siła.

Udział w treningu jest bezpłatny. Organizator zapowiada, że inicjatywa, póki co, jest jednorazowa i ma na celu zaciśnięcie więzi społecznych.

Wydarzeniu przyświeca znane od lat hasło "w zdrowym ciele zdrowy duch".

Podajemy link do grupy, na której odbędzie się transmisja online na żywo.

<https://www.facebook.com/groups/227781295237964/>

Źródło: <https://skierniewice.eglos.pl/aktualnosci/item/35330-wielki-wspolny-trening-online>