

Stowarzyszenie SPORTOWA CZĘSTOCHOWA - HALA SPORTOWA

Pogodna jesień - starzej się zdrowiej.

Zajęcia rekreacyjne dla Seniorów z miasta Częstochowy

Harmonogram (zajęcia rozpoczynają się 2 września):

- **Poniedziałki, środy i piątki:**

- Gimnastyka ogólnorozwojowa - godz. 10.00

- ZUMBA - godz. 11.30

Zajęcia odbywają się w salach treningowych nr 0.087 i 0.088 w Hali Sportowej Częstochowa

- **Soboty:**

- Aquaerobik - godz. 14.15

- Zajęcia odbywają się na basenie przy SP nr 48 ul. L. Schillera 5

Wykłady profilaktyczne: 09, 16, 23, 30 listopada - godz. 13.30

Wykłady odbywają się w sali konferencyjnej - III piętro w Hali Sportowej Częstochowa.

Więcej informacji na stronie www.sportowaczestochowa.com.pl,
www.facebook.com/StowarzyszenieSportowaCzestochowa lub pisząc na adres e-mail:
sportowa.czestochowa@gmail.com.

-