

PILATES TORNA



**Megelőzi a hát és derékfájást!
Segíti a helyes tartás kialakítását!
Szórakoztatva formál szép, szálkás izmot és
rugalmas gerincet!**

**Foglalkozások időpontja:
minden csütörtökön 16.30 – 17.30**

Foglalkozásvezető: Görög Tünde

**Helyszín: Kölcsey Ferenc Általános Iskola
Nyírgelse**

**Várunk szeretettel!
A részvétel ingyenes!**