

27 maja 2022

## **Pilates w Gminnym Ośrodku Sportu i Rekreacji w Woli Uhruskiej.**

# *Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Woli Uhruskiej*

*zaprasza wszystkich  
na zajęcia*

## *Pilates*

*Zrelaksuj się,  
wycisz umysł,  
popracuj  
nad oddechem...*

- zdrowy kręgosłup
- zgrabny brzuch
- mocne plecy
- dobra kondycja



*które będą się odbywać  
w hali sportowej*

**Termin zajęć: wtorek i czwartek w godzinach 18.30 – 19.30**

(Prosimy o zabranie stroju i obuwia sportowego)

# **Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Woli Uhruskiej**

*zaprasza wszystkich  
na zajęcia*

## *Pilates*

*Zrelaksuj się,  
wycisz umysł,  
popracuj  
nad oddechem...*

- zdrowy kręgosłup
- zgrabny brzuch
- mocne plecy
- dobra kondycja



*które będą się odbywać  
w hali sportowej*

**Termin zajęć: wtorek i czwartek w godzinach 18.30 – 19.30**

(Prosimy o zabranie stroju i obuwia sportowego)