

Jótekonysági TABATA edzés!

Időpont: 2014. 02. 12. 19.00

Helyszín: Bogyiszlói IKSZT (Műv. Ház) nagyterem

Kaptunk egy óriási lehetőséget, mellyel duplán jól járunk!
Held Anita - edző - felajánlotta nekünk, hogy a febr.12.-én
megtartásra kerülő TABATA (20mp teljes erőbedobás, 10mp
könnyű tempó) edzés teljes bevételét felajánlja a bogyiszlói
Kistarisznya Óvoda támogatására!

Így a résztvevők és az ovisok is jól járnak.

Az óra díja: 800 Ft/fő

Az óra menete: Bemelegítés - Tabata - Levezetés, nyújtás

Várjuk egyéb felajánlásaitokat is!!!!

(Amit Te is vennél a gyerekek munkáihoz: színes ceruza, krepp
papír, ecset, tempera, rajzlap, stb.)

Gyertek el, mozogjunk együtt az Óvodáért!



TABATA



Deep Space