

## Ćwiczymy na zajęciach ze Zdrowego Kręgosłupa



Zajęcia ze Zdrowego Kręgosłupa (zdj. arch.)

We wrześniu 2025 wznowiono zajęcia ze "Zdrowego Kręgosłupa", które odbywają się co tydzień we wtorek o godz. 18.00 i 19.00 (do wyboru uczestniczek). Stowarzyszenie Miłośników Krasiejowa zaprasza chętne panie i panów do uczestnictwa w ćwiczeniach. Czasami też tańczymy, bawimy się i świętujemy. Jest miło. Do Krasiejowa przyjeżdżają nawet panie z okolic Krasiejowa. Naprawdę warto się poruszać dla zdrowia i dobrego samopoczucia. Zajęcia prowadzi wykwalifikowana terapeutka. W załączeniu nasze taneczne kroki.