

Zakończenie sezonu zajęć „Zdrowy Kręgosłup”



Uczestnicy Zdrowego Kręgosłupa



Uczestnicy Zdrowego Kręgosłupa

30 czerwca 2026 roku odbyło się ostatnie w tym sezonie spotkanie uczestników zajęć „**Zdrowy Kręgosłup**”. Było to wyjątkowe popołudnie, podczas którego nie zabrakło podsumowań, podziękowań oraz miłej, wspólnej atmosfery.

W spotkaniu uczestniczyły 32 osoby, choć warto podkreślić, że cała grupa liczy aż 62 uczestników. Zajęcia odbywają się w każdy wtorek w dwóch grupach - o godzinie 18:00 oraz 19:00 i już drugi rok z rzędu cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem mieszkańców.

Instruktorką prowadzącą zajęcia jest pani **Roksana Iwańska-Kutypa**, wykwalifikowana fizjoterapeutka, która z ogromnym zaangażowaniem dba o zdrowie i dobrą kondycję uczestników. Każde spotkanie urozmaica różnorodnymi technikami ćwiczeń oraz wykorzystaniem rozmaitego sprzętu, dzięki czemu na zajęciach nie ma miejsca na nudę, a każdy trening jest ciekawy i motywujący.

Zwieńczeniem kolejnego udanego sezonu była wspólna, ciepła kolacja przygotowana przez panią Lidie oraz pana Artura. Serdecznie dziękujemy za ich ogromne wsparcie, życzliwość oraz udostępnienie miejsca, w którym zajęcia mogą się odbywać. Dzięki takim osobom możliwe jest tworzenie wyjątkowej atmosfery sprzyjającej integracji i aktywności.

Podczas spotkania odbyło się również losowanie nagród wśród uczestników, którzy najregularniej uczęszczali na zajęcia przez cały sezon. Był to miły sposób na docenienie ich systematyczności, wytrwałości i zaangażowania.

Na zakończenie składamy serdeczne podziękowania wszystkim uczestnikom za wspólnie spędzony sezon, wytrwałość i aktywny udział w zajęciach. Szczególne podziękowania kierujemy do naszej instruktorki Roksany za profesjonalizm, pasję i motywowanie do dbania o zdrowie, a także do pani **Lidii i pana Artura** za nieocenioną pomoc i gościnność.

Życzymy wszystkim udanego i bezpiecznego wypoczynku oraz do zobaczenia w kolejnym sezonie!

Klaudia Kula