

Aktywizacja rekreacyjno-ruchowa z elementami gimnastyki dla seniorów

Dnia 06.08.2020 (czwartek) rozpoczęliśmy cykl zajęć ruchowych z elementami gimnastyki dla seniorów pod okiem dr Barbary Głasek, specjalistki nauk fizycznych. Są one dedykowane wszystkim seniorom znajdującym się pod opieką Dziennego Domu Senior+ w Izabelinie i posiadającym zaświadczenie lekarskie, które zezwala na udział w tego typu aktywnościach. Wszystkie proponowane seniorom zajęcia odbywają się w obowiązującym reżimie sanitarnym. Zawsze dbamy o Państwa zdrowie i bezpieczeństwo. Chętnych zapraszamy do dołączenia do naszego grona.
