

Nordic Walking

Wpisany przez Józef z RZN
sobota, 12 maja 2012 16:34



Jednym z działań w projekcie „Pływać każdy może” są zajęcia z Nordic Walking, dla wszystkich, którzy chcą poprawić kondycję.

Na pierwszych zajęciach było 11 osób. To niewiele, ale mamy nadzieję, że będzie nas więcej. Po rozgrzewce, którą poprowadził koordynator projektu Krzysiek Załęski ruszyliśmy malowniczą drogą ze Strachówki do Osęki. Ten norweski sposób chodzenia wszystkim bardzo się podobał.

{gallery}kije{/gallery}