

Fitness z wózkiem w Cieszynie

Data publikacji: 16.04.2015 19:00

Buggy Gym - brzmi tajemniczo, a jest banalnie proste i skuteczne. Jest to forma fitnessu skierowana do mam małych dzieci. Właśnie trafiła do Cieszyna.

□

Zamiast zwykłego spaceru mamy wędrujące z wózkiem przez miasto pod okiem wykwalifikowanej instruktorki ćwiczą. W ten sposób łączą przyjemność jaką jest odrobina sportu z pożytecznym spacerem. Na razie zajęcia odbywają się raz w tygodniu w Cieszynie. Dziewczyny ćwiczą też w Bielsku-Białej i Katowicach. Organizatorki podkreślają, że Buggy Gym można ćwiczyć wszędzie. Zainteresowani mogą zrobić kurs instruktorski.

Jesteś zainteresowana fitnesssem z wózkiem [KLIKNIJ TUTAJ](#)

HBB