

ZMIGAJ SE!

Bližajo se toplejši dnevi, ki so idealna priložnost za izvajanje različnih športnih aktivnosti v naravi. Ker se je po zaspanem zimskem času težje aktivirati, bomo v četrtek, 2. 4. 2015, za vse športa željne pripravili **3-urni brezplačni** program vodene skupinske vadbe. Program, ki se bo odvijal v Športni hiši Radlje ob Dravi, se bo pričel ob 18.00 uri po naslednjem urniku:

18.00 - 19.00 **maxiRUNfit** (ogrevanje, tekaške vaje, šola teka - **Maxi sport**)

19.00 - 20.00 **maxiBOOTfit** (vadba za krepitev celotnega telesa z lastno težo - **Maxi sport**)

20.00 - 21.00 **JOGA** (program vodi Katja Valič - **Joga Vita**)

Priporočamo, da ste v športni dvorani cca 20 minut pred začetkom programa, v športni opremi, z brisačo, pijačo in dobro voljo!

Podrobnejše informacije najdete na naši FB strani »ZMIGAJ SE«!

Migali bodo lahko moški in ženske, stari od 15. do 60. leta starosti.

Organizatorji: JZ ŠKTM Radlje ob Dravi, Maxi sport in KAK Radlje ob Dravi