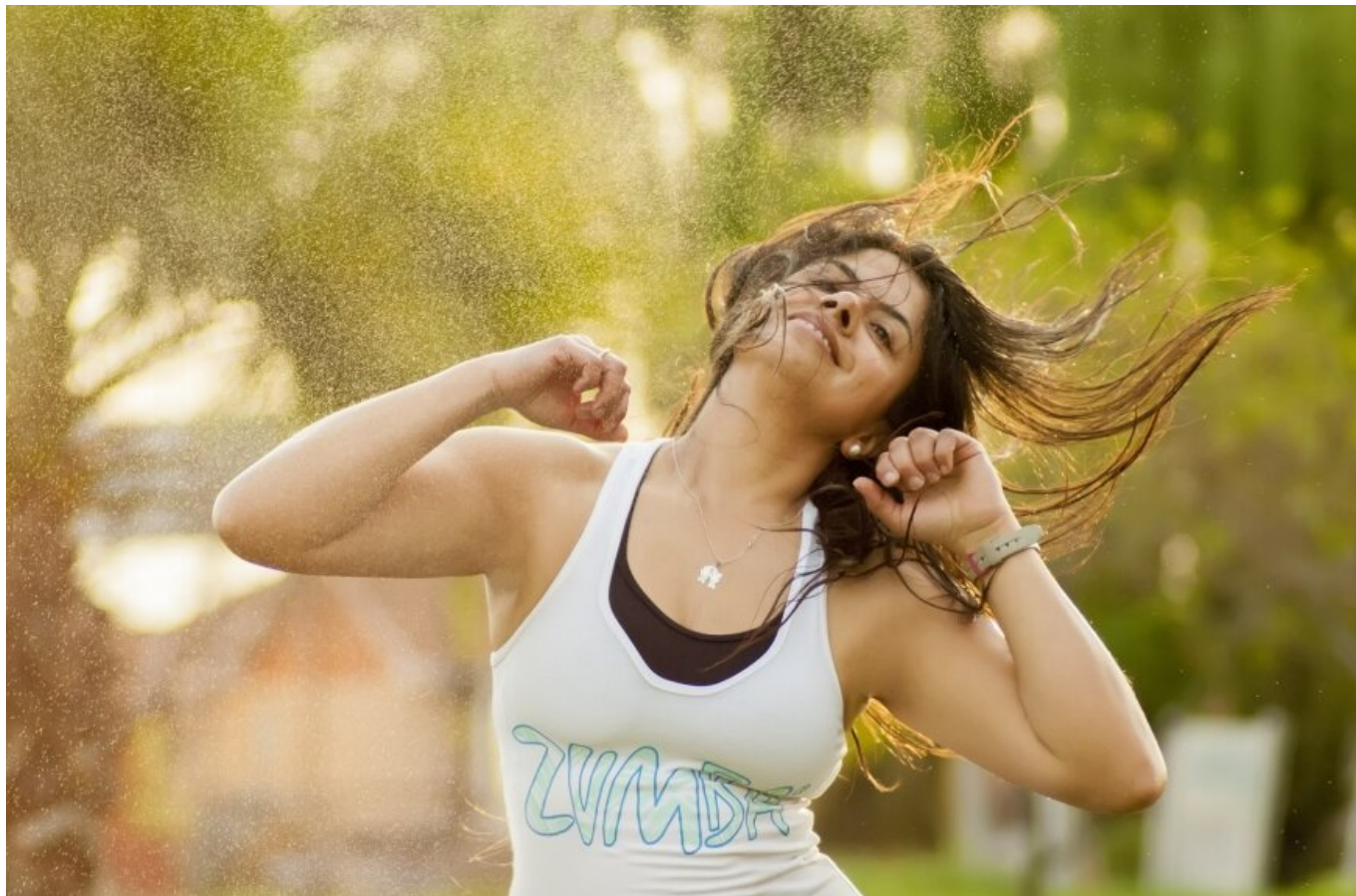


Zumba dla każdego

data aktualizacji: 2023.02.16 autor: Redakcja



(fot. Pixabay)

„Pogrzeb dla tłuszczu, jedyny radosny i pozytywny...” - pod takim hasłem w Mszczonowskim Ośrodku Kultury 14 lutego ruszają zajęcia zumbi.

Prowadzącą będzie **Monika Wicińska**, instruktorka, pasjonatka zdrowego stylu życia.

Na każde zajęcia uczestnicy będą przychodzili ubrani na czarno.

Podczas zumbi, co oczywiste, pojawi się pot, a to już łyż tłuszczu, wyzwalające radość - podkreśla Monika Wicińska. - Już po miesiącu efekty będą widoczne - zapewnia.

Zajęcia zumbi w MOK-u odbywać się będą we wtorki, środy i piątki od godziny 19.00.

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/41692-zumba-dla-kazdego>