

Trening noworoczny z FITAB Aleksandrą Werner

W piątek 10 stycznia br. Aleksandra Werner wraz z Gminą Duszniki zaprosiła wszystkich chętnych na darmowy trening noworoczny. Powitał ćwiczących na sali Wójt Gminy Duszniki Radosław Łanoszka, życząc wszystkim dobrej zabawy podczas treningu. Ponad dwie godziny ćwiczeń: fitness, zumba, abs to był idealny początek nowego roku, aby aktywność fizyczna towarzyszyła nam już przez cały czas. Rekordowa frekwencja bo prawie 90 kobiet i paru mężczyzn ćwiczyło intensywnie na sali sportowej w Dusznikach, spalając poświęteczne kalorie. Wszystkim towarzyszył świetny humor oraz motywacja trenerki Oli, która jak zawsze dopingowała wszystkich uśmiechem.