

## Cvičení ve fitness centru Q walking v Kopřivnici

Napsal uživatel Hana Maková

Úterý, 20 Září 2016 17:21 - Aktualizováno Středa, 21 Září 2016 20:26

---

Netradičního sportování jsme si užili ve fitness centru Q walking v Kopřivnici. Využili jsme pozvání rodičů Larinky - Lenky a Radima Quitových a navštívili jsme jejich fitness centrum. Děti si vyzkoušely cvičení na běžících pásech a v tělocvičně si vyzkoušely kruhový trénink-posilování, podřepy, poskoky, přitahování a další aktivity. Dětem se cvičení moc líbilo. Byly nadšené z netradičního cvičení a vyzkoušely si nové aktivity. Při cvičení se nezapomnělo na pitný režim a po namáhavém tréninku dostaly zdravou svačinku.

Tímto bychom chtěli poděkovat manželům Lence a Radimu Quitovým za netradiční zážitek, který nám poskytli a budeme se těšit na další - třeba zase od jiných rodičů. Pokud máte co nabídnout, budeme rádi.

Děkujeme. Paní učitelka Jana a Hanka.



Více fotek si můžete prohlédnout [zde](#) ↓



## **Cvičení ve fitness centru Q walking v Kopřivnici**

Napsal uživatel Hana Maková

Úterý, 20 Zář 2016 17:21 - Aktualizováno Středa, 21 Zář 2016 20:26

---