

8 marca 2019 r. (piątek) w godzinach 20:30-23:30 zgodnie z coroczną już tradycją w Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowach odbyła się siódma edycja „Strefy Kobiet”, organizowana przez Centrum Rozwoju Kultury Fizycznej AKWEN. W spotkaniu wzięło udział 120 kobiet.

Na wejściu, oprócz słodkiego poczęstunku, uczestniczki otrzymały upominek okolicznościowy od Organizatora.

Do dyspozycji Pań przygotowane były stanowiska specjalistów:

- [Pro Familia](#) - dermatolog, pomiar cukru
- [BEMER Fizykalna Terapia Naczyniowa](#) - 2 łóżka poprawiające mikrokążenie
- [poradnia dietetyczna LIBRA](#) - pomiar tkanki tłuszczowej
- Aneta Frąckowiak - pomiar cery aparaturą API
- Klaudia Florkowska - masaż dźwiękiem (tel. 500-733-411)
- [MediMar Marlena Brzuszczyńska](#) - masaż mobilny
- [Twoja forma 24](#) - napoje energetyczne

Ww. serdecznie dziękujemy za pomoc w organizacji tego wydarzenia.

W ramach imprezy Panie mogły korzystać z siłowni, sauny z saunamistrzem, zielonej łączki oraz pływalni. W wodzie odbywały się zajęcia z aqua zumbi naprzemiennie z aqua aerobic. Nowością w tym roku były zajęcia fitness – pięć 20-minutowych bloków, które odbywały się jednocześnie w trzech salach: zdrowy kręgosłup, pilates i sexy dance. Panie aktywnie wzięły udział w zajęciach.

Po zaledwie 40-minutach ćwiczeń Paniom udało się zatańczyć nietłatwą choreografię:

<http://akwenczerwona.pl/wp-content/uploads/2019/03/strefa-kobiet.mp4>

Wszystkim Paniom serdecznie dziękujemy za udział i wspaniałą atmosferę.

Zapraszamy na obszerną fotograficzną relację z wydarzenia.

[\[Pokaz zdjęć\]](#)





















