

{joomplucat:503 limit=2|catlink=1|ordering=random}

W dniu 10.06.2019 r. w godzinach popołudniowych dzieci uczęszczające do klas pływackich spotkały się z Panią Dietetyk. Wzmoczony wysiłek musi być połączony z odpowiednim odżywianiem. Pani Katarzyna przedstawiła pozytywne aspekty zdrowego żywienia się. Owoce, warzywa oraz woda powinny być obecne w życiu młodego sportowca. Ruch oraz zdrowe odżywianie to klucz do sukcesu. Ważną rzeczą są też śniadania. Serdecznie dziękujemy Pani Kasiu za spotkanie.

/Dariusz Klej/