

Już 12 maja!

🏁STARTujemy jak zawsze o 19:00

📌STADION LA - Kartuzy

▶wspólna rozgrzewka

▶część główna czyli ogień, ale bez spiny na luzno!

▶po sprawdzianie schłodzenie z mobilnością
na koniec treningu można przynieść małe co nieco

🏆Dla każdego pamiątkowy - symboliczny medal

📍Zgłoszenia na naszych grupach u trenerów do 8 maja @Karol Nowakowski oraz @Łukasz Kujawski.

Tylko dla zawodników naszych Akademii



Akademia Biegowa Kiełpino i Kartuzy



Akademia Biegowa Kościerzyna



Akademia Biegowa Gdynia

/

Leszczyński Biegają

☀️Już niebawem będziemy mieli coś specjalnego dla wszystkich!
Śledźcie nasze profile!