

WYSKOKOWA LEKCJA WF-U

Zajęcia te odbyły się w Łodzi w Parku Trampolin SALTOS pod okiem profesjonalnych instruktorów akrobatyki.

Takie wyskokowe zajęcia rozwijają naszą kondycję, elastyczność, gibkość, siłę oraz równowagę. Ponadto to świetna okazja do wspaniałej zabawy ale też do zdobycia nowych umiejętności akrobatycznych.

Mogliśmy nauczyć się podstawowej techniki skoków, sald czy przewrotów oraz pokonywania przeszkód na specjalnym torze. A co najważniejsze zajęcia na trampolinach to mega radość i zabawa. Zobaczcie sami na zdjęciach...