

Často nás trápia bolesti chrbta, nôh a vlastne celého tela, tak sme si dňa 26.07.2017 šli precvičiť stuhnuté údy spolu s ostatnými seniormi zo Žiliny v rámci akcie Žilinčania športujú, ktorú pravidelne organizuje EXtreme park pri Vodnom diele v Žiline.



Po cvičení nám dobre padlo doplnenie tekutín.