



## Porusz Poruszysko

Poruszysko to projekt stworzony w celu budowania kondycji fizycznej, psychicznej i społecznej. W ramach Poruszyska realizowane są zajęcia ruchowe, ćwiczenia oddechowe, relaksacja, praktyka uważności, ekspresja emocji, warsztaty, akcje społeczne, i wszystko co służy dobremu samopoczuciu, zdrowiu i szeroko...

Zeskanuj kod qr aparatem telefonu lub wejdź pod adres

<https://zrzutka.pl/d7mdx2>

