

**Badania pokazują, że każdy trening  
trzeba urozmaicać!**

**No to zbieramy na ciastki,  
bo jedzenie ciastków  
to taki trening interwałowy  
kubków smakowych!**



## Ciastki po zumbie

Kochani zrzutka na ciastka, a jak wiadomo im więcej będziemy jeść ciastek, tym bardziej będziemy potrzebowali ruchu, żeby być w formie! A to oznacza... więcej różnych inicjatyw zumbowych i niezumbowych z naszej strony oczywiście tylko z Waszym udziałem! <3 Na ciastka można dorzucać dowolną kwotę. ...

Scan the qr code with your phone camera or  
go to the following address

<https://zrzutka.pl/en/zbtrjy>

