

VESIJUMPASTA LISÄPUHTIA PÄIVÄÄN

Vesijumppa pidetään Caribbean kuntouintialtaassa, jossa jalat yltävät pohjaan. Liikkeet vedessä ovat pehmeitä ja tehokkaita, siksi nivelistävällinen vesijumppa sopii erinomaisesti myös kuntoutujille sekä selkä- ja niskaoireisille. Vesijumppaan ovat tervetulleita niin naiset kuin miehet! Vesijumppa on monipuolista ja tehokasta liikuntaa, joka sopii mainiosti kaiken ikäisille, kokoisille ja kuntoisille. Yhteyshenkilö Seppo Mattila, 050 573 0420.