

Zajęcia MMA w Kolbuszowej - ruszają zapisy



Zajęcia MMA w Kolbuszowej - ruszają zapisy

GRYF Fight Club rozpoczyna nabór na nowe zajęcia MMA, które od września będą odbywać się na Krytej Pływalni Fregata w Kolbuszowej. Treningi skierowane są do osób początkujących, które chcą rozpocząć swoją przygodę z mieszanymi sztukami walki i zdobyć podstawowe umiejętności.

Pierwsze zajęcia zaplanowano na 7 września 2026 r. o godz. 20.15. Program obejmuje naukę podstawowych technik MMA, elementów walki, ćwiczenia rozwijające siłę i kondycję oraz zagadnienia z zakresu samoobrony.

Zapisy prowadzone są za pośrednictwem formularza internetowego: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf-SKwV1EkKkwqs7dD88IAu5c6YFnWOKjd6YJEqJ8f2aTntRQ/viewform>. Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu 727 510 461.