



## **EWA NAJMOWICZ-KOŚCIŃSKA** - instruktorka fitness i animatorka tańca

Od dziecka kocha taniec. Jej najnowszą pasją jest taniec brzucha i bollywoodzki. Drugie hobby Ewy (i przy okazji praca) to fitness. Stara się być na bieżąco z nowinkami, często uczestniczy w międzynarodowych konwencjach, na których poznaje coraz nowsze formy ruchu. Zdobytą wiedzę wyko-

rzystuje na swoich zajęciach. Od lat poświęca się propagowaniu zdrowego stylu życia. Wierzy, że trening czyni mistrza, a ruch jest lekarstwem na wiele dolegliwości. W swojej pracy stara się pogodzić trzy aspekty: taniec, fitness oraz kinezyterapię (czyli leczenie ruchem). Swoją autorski program treningowy

wykorzystuje na zajęciach w szpitalu miejskim w Olsztynie (oddział leczenia otyłości), szkole tańca i centrum rekreacyjno-wypoczynkowym pod Olsztynem. W tym roku Ewa obchodzi jubileusz - od 10 lat prowadzi zajęcia z zakresu rekreacji ruchowej. Gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów!