

# Urząd Miejski w Łomiankach

<https://www.lomianki.pl/pl/kalendarium-wydarzen/16436,Troche-sportu-dla-doroslych-spotkania-sportowe.html>  
2024-02-26, 17:27

## Informacja

Strona znajduje się w archiwum.



## Trochę sportu dla dorosłych - spotkania sportowe

Zbiórka przy wejściu do Integracyjnego Centrum Dydaktyczno-Sportowe (ICDS) przy ulicy Staszica 2 (wejście od ulicy Warszawskiej).

15.10.2023 10:00

Dla dzieci: Nie

Bilety: Nie

Pracujesz w tygodniu, a w weekend brakuje Ci mobilizacji i towarzystwa do ćwiczeń? Chciałbyś regularnie ćwiczyć ale nie lubisz monotonii? Zapraszamy na zajęcia wymyślone przez mieszkańców dla mieszkańców w ramach ŁMP 2023. Będziemy biegać, skakać, grać w siatkówkę, koszykówkę czy badminton, odwiedzimy park linowy oraz basen. Zajęcia zorganizujemy w weekendy pod okiem profesjonalnego trenera, który każde spotkanie przygotuje w inny sposób. Będzie dużo ruchu i mnóstwo ćwiczeń! Przy okazji będzie można poznać łomiankowską infrastrukturę sportową, sąsiadów

z Łomianek oraz popracować nad kondycją i wydolnością organizmu.

Gdzie?

Zbiórka przy wejściu do Integracyjnego Centrum Dydaktyczno-Sportowe (ICDS) przy ulicy Staszica 2 (wejście od ulicy Warszawskiej).

Kiedy?

Każda niedziela godzina 10:00. Czas trwania zajęć od 60 do 90 minut.

Dla kogo?

Dla amatorów sportu powyżej 18 roku życia.

Za ile?

Nieodpłatnie. Zajęcia w całości są finansowane przez Gminę Łomianki w ramach Łomiankowskiego Mechanizmu Partycypacyjnego 2023.

Zapisy?

Preferowane zapisy mejlowe na [klub@ksosa.pl](mailto:klub@ksosa.pl) lub telefonicznie 783 368 729 jednak można również przyjść bez zapisu bezpośrednio na zajęcia.

Dodatkowe informacje:

Należy mieć ze sobą strój sportowy, który nadaje się do zajęć w hali jak i na dworze.

Forma zajęć będzie dopasowana do warunków pogodowych i/lub dostępności obiektów oraz do ilości uczestników. Wyjątkiem będą zajęcia zaplanowane tj. basen, park linowy, rower, rolki etc.

Szczegółowe informacje będą publikowane na stronie [www.ksosa.pl](http://www.ksosa.pl) lub na portalach społecznościowych KS Osa Łomianki.

[Następny Strona](#)