

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://www.lomianki.pl/pl/kalendarium-wydarzen/16437,Troche-sportu-dla-doroslych-spotkania-sportowe.html>
2024-02-26, 18:57

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).

22.10.2023 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 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 lub na portalach społecznościowych KS Osa Łomianki.

[Następny Strona](#)