

Zapraszamy na nieodpłatne zajęcia sportowe

Data dodania: 2021-09-09 10:19:44

Link: <https://leczna.pl/aktualnosci/zapraszamy-na-nieodplatne-zajecia-sportowe5528>

Gmina Łączna serdecznie zaprasza wszystkich mieszkańców gminy Łączna lubiących aktywnie spędzać czas wolny do udziału w projekcie „Aktywna Łączna”. W ramach projektu mogą Państwo skorzystać z nieodpłatnych zajęć rekreacyjno-sportowych, których celem jest poprawa zdrowia, samopoczucia i sportowa aktywizacja mieszkańców Łącznej.

Od najbliższej środy 15.09 dostępne będą zajęcia organizowane na basenie w Szkole Podstawowej nr 2 w Łącznej, zajęcia będą odbywały się w dwóch blokach godzinowych 16.00 – 17.00 oraz 17.00 – 18.00. Zajęcia prowadzone są przez instruktora, zawierają elementy aerobiku w wodzie oraz doskonalenia podstawowych umiejętności pływackich.

W każdy wtorek i czwartek w godzinach 18.00 – 19.00 zapraszamy również na plac do ćwiczeń street workout przy ul. Wierzbowej 1 do uczestnictwa w zajęciach na świeżym powietrzu, pod okiem instruktora ukierunkowane na pracę nad zdrowym ciałem i zdrowymi nawykami w ramach projektu „Aktywna Łączna – zdrowe nawyki”

Zajęcia prowadzone są w formule „przyjdź i ćwicz” - osoby chcące korzystać z projektu każdorazowo przed zajęciami wpisują się na listę u instruktora.

Jednocześnie mając na uwadze wciąż obowiązujący stan epidemii prosimy Państwa o rozważne korzystanie z zajęć oraz stosowanie się do wszystkich poleceń instruktorów, w szczególności zaś o przestrzeganie podstawowych zaleceń związanych z dezynfekcją.

W załączniku regulamin zajęć sportowych oraz dodatkowy regulamin dotyczący zasad uczestnictwa w zajęciach w okresie epidemii oraz zagrożenia epidemicznego.

Do pobrania

- [Regulamin uczestnictwa w zajęciach w okresie epidemii i zagrożenia epidemicznego](#)
- [Regulamin zajęć Aktywna Łączna](#)