

12 lutego 2019



Bezpłatne zajęcia aktywizacji i rekreacji

Bezpłatne zajęcia aktywizacji i rekreacji organizuje dla mieszkańców powiatu starosta opatowski. W terminie od 1 lutego do 30 kwietnia w Opatowie i Ożarowie będzie można skorzystać z zajęć z udziałem profesjonalnych trenerów.

W Opatowie, w hali sportowej Zespołu Szkół numer 2 przy ulicy Sempołowskiej w poniedziałki od godziny 16.30 zaplanowano zajęcia z nordic walkingu. Z kolei w środy od godziny 17.30 zajęcia: zumba, tenis stołowy, piłka siatkowa, siłownia, ćwiczenia ogólnorozwojowe. W czwartki od godziny 18 zajęcia na krytej pływalni w Ożarowie. W piątki zumba, tenis stołowy, piłka siatkowa, siłownia i ćwiczenia ogólnorozwojowe.

Inaczej harmonogram przedstawia w Ożarowie, gdzie zajęcia będą odbywały się w sali gimnastycznej w Zespole Szkół imienia Marii Skłodowskiej-Curie. We wtorki od godziny 15.30 zaplanowano aerobik, w czwartki od godziny 18.45 zajęcia na krytej pływalni Neptun w Ożarowie, piątki od 17. zumba.

Zajęcia będą prowadzone przez profesjonalnych instruktorów. Zajęcia finansowane są z pieniędzy własnych Powiatu Opatowskiego, który jest też organizatorem przedsięwzięcia.

Zajęcia mają formę otwartą, nie wymagają zapisów bądź rezerwacji terminów. Wystarczy przyjść na odpowiednią godzinę w wybrany przez siebie dzień.