

5 lipca 2017



Weekend Seniora w Chęcinach

8-9 lipca

Występy zespołów folklorystycznych, konkursy taneczne, warsztaty, ćwiczenia z elementami tańca - to tylko niektóre z atrakcji, jakie odbywać się będą w dniach 8-9 lipca podczas Weekendu Seniora w Chęcinach. Honorowy patronat nad wydarzeniem objął marszałek województwa Adam Jarubas.

W **sobotę, 8 lipca** na Rynku Górnym w Chęcinach **od godz. 17.30** będzie można posłuchać występów zespołów folklorystycznych. Na scenie zaprezentują się „Lipowiczanie” i „Siedlecczanie”. W programie także konkursy dla publiczności, występ „Genowefy Pigwy” i Stefana Wyczyńskiego z Kapelą z Lubczy.

Natomiast w **niedzielę, 9 lipca** w hali „Pod Basztami” w Chęcinach **o godz. 11.00** rozpoczną się prelekcje na temat aktywności i zdrowia w jesieni życia. Na **godz. 12.30** zaplanowano warsztaty zajęciowe dla seniorów - ćwiczenia z elementami tańca, nordic walking wokół Zamku. O **godz. 16.00** rozpocznie się przemarsz korowodu grup Seniorów spod hali „Pod Basztami” na Chęciński Rynek. Weekend Seniora zakończy występ „Kapeli Świętokrzyskiej” i zespołu z Ukrainy.



Burmistrz Gminy i Miasta Chęciny, Robert Jaworski
serdecznie zaprasza



Weekend Seniora w Chęcinach



Chęciny
8 - 9 lipca 2017 r.

8 lipca 2017 r.

SOBOTNIA POTANÓWKA Z RADIEM KIELCE

RYNEK GÓRNY W CHĘCINACH

- 17.30 Występ zespołu folklorystycznego „Lipowiczanie”
- 18.00 Uroczyste powitanie Gości
- 18.05 Występ zespołów folklorystycznych „Siedlecczanie”
- 18.25 Konkurs dla publiczności
- 18.30 Występ „Genowefy Pigwy”
- 19.20 Konkurs taneczny dla publiczności
- 19.30 Występ „Stefana Wyczyńskiego z Kapelą z Lubczy”

09 lipca 2017 r.

CO NAM W DUSZY GRA

HALA „POD BASZTAMI W CHĘCINACH”

- 11.00 Uroczyste powitanie uczestników wydarzenia przez Burmistrza Gminy i Miasta Chęciny, Roberta Jaworskiego
- 11.15 Aktywnie i zdrowo w jesieni życia. Prelekcje:
 - dr n. med. Małgorzata Wojtczak, Dyrektor SZPOZ w Chęcinach: „Czynniki środowiskowe w etiologii nadciśnienia tętniczego”
 - dr Ewa Zaczek-Kucharska, „Zioła, a zdrowie”
- 12.30 Warsztatowe zajęcia dla Seniorów
 - Ćwiczenia z elementami tańca – warsztaty 45’
 - Yoga – warsztaty 45’
 - Nordic Walking wokół Zamku – warsztaty 60’
- 15.00 Czas wolny
- 16.00 Przemarsz korowodu grup Seniorów spod hali „Pod Basztami” na Chęciński Rynek
- RYNEK GÓRNY W CHĘCINACH
- 16.30 Występ zespołu „Kapela Świętokrzyska”
- 18.00 Koncert zespołu „Czeremszyzna” z Ukrainy
- 20.00 Zakończenie

INFORMACJA DLA GRUP:

1. Udział w zajęciach i koncercie jest bezpłatny
2. Transport i wyżywienie grupy organizują i pokrywają we własnym zakresie
3. Mie widziane tabliczki (transparenty) z informacją z jakiej gminy seniorzy pochodzą
4. Kijki do Nordic Walking we własnym zakresie.
5. Prosimy o zabranie obuwia sportowego umożliwiającego udział w ćwiczeniach na hali.

Więcej informacji:

Centrum Kultury i Sportu w Chęcinach
p. Mariusz Skuta
tel. 41/ 315 10 97; 784 377 443.