Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

Zajęcia sportowo-rekreacyjne w konstancińskiej Czwórce



Data
12-11-2024r.

Godzina
20.00

Miejsce
Szkoła Podstawowa nr 4 w Słomczynie

Wstęp
bezpłatny

Sport

Treść

Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji zaprasza na bezpłatne zajęcia sportowo-rekreacyjne do Szkoły Podstawowej nr 4 w Słomczynie. Na mieszkańców gminy Konstancin-Jeziorna czekają zumba, stretching, zdrowy kręgosłup i pilates.

Zajęcia sportowo-rekreacyjne organizowane są w ramach Budżetu Partycypacyjnego Gminy Konstancin-Jeziorna. Od 30 września do 19 grudnia 2024 r. cztery razy w tygodniu w sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej nr 4 w Słomczynie odbywać się będą:

- **Zumba i stretching** – poniedziałki w godz. 19.45–21.00;
- **Zdrowy kręgosłup i stretching** – wtorki w godz. 19.05–20.20;
- **Zumba i stretching** – środy w godz. 19.45–21.00;
- **Pilates i stretching** – czwartki w godz. 19.05–20.20.

Zajęcia są bezpłatne dla mieszkańców gminy Konstancin-Jeziorna, a poprowadzą je naprzemiennie instruktorki Anna Śmigielska-Byczkowska i Weronika Śmigielska. Trzeba pamiętać o zabraniu ze sobą butów sportowych, wody, ręcznika i maty do ćwiczeń.

Adres źródłowy: https://www.konstancinjeziorna.pl/events/zajecia-sportowo-rekreacyjne-w-konstancinskiej-czworce