

NORDIC WALKING TANFOLYAM

SZORGALMATOSI LAKOSOKNAK

EFOP-1.-5.3-16-2017-00086 „Együtt a humán szolgáltatás fejlesztésért” nevű pályázat keretein belül 4 alkalmas Nordic Walking tanfolyamot hirdet Szorgalmatos Község Önkormányzata, melyre szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt és sportkedvelőt. A részvétel ingyenes. Ez a fajta mozgásforma tehermentesíti az ízületeket, javítja az állóképességet, erősíti az izmokat, javítja a test oxigén ellátottságát, aktiválja a vérkeringést. Aki egy kis testmozgásra vágyik, kérjük éljen a lehetőséggel és jöjjön el. A tanfolyam helyszíne az Aracs legelő. Időtartama kb. 1,5-2 óra alkalmanként. Időpontja:

2018. szeptember: 10. Hétfő 17:00
13. Csütörtök 17:00
17. Hétfő 17:00
20. Csütörtök 17:00

Találkozunk és gyülekezzünk a Deák Ferenc Általános Iskola előtt 16:50-kor. Kérünk mindenkit kényelmes sportos öltözetben és sportcipőben jelenjenek meg, illetve hozzanak némi innivalót magukkal. Kérjük, előzetesen jelezzék megjelenésüket Fehér Emesénél: 06/30-747-8832-es, vagy Rókané Orosz Gabriellánál: 06/30-928-4553-as telefonszám valamelyikén.



SZÉCHENYI 2020