

Street workout już w tą niedzielę!

Data dodania: 2021-08-13 11:27:44

Link: <https://mail.leczna.pl/aktualnosci/street-workout-juz-w-ta-niedziele5491>

Street Workout Łęczna we współpracy z Gminą Łęczna **zaprasza wszystkich mieszkańców 15 sierpnia 2021 r. o godz. 17:00 na wyjątkowe pokazy** - spotkanie z mistrzami kalisteniki występującymi w formacji Akademia SWC.

Podczas wydarzenia czworo sportowców zaprezentuje swoje umiejętności na urządzeniach do ćwiczeń **street workout na placu przy ulicy Wierzbowej w Łęcznej**, zademonstruje prawidłowe wykonywanie ćwiczeń począwszy od najprostszych elementów skończywszy na zaawansowanych sekwencjach.

Akademia SWC podzieli się również swoją sportową historią, opowie o przezwyciężaniu trudności i o sposobach w jakich utrzymuje wysoką motywację w dążeniu do sportowej doskonałości, w szczególności o swoich nawykach - z których niektóre przeszkadzały, a inne pomagały w realizacji obranego celu.

Sport uprawiany na świeżym powietrzu jest doskonałym sposobem na spędzenie wolnego czasu, a kalistenika - ćwiczenia wykonywane w oparciu o ciężar własnego ciała - cieszą się niesłabnącym zainteresowaniem. **W okresie od 15 sierpnia do 30 września Gmina Łęczna zaprasza wszystkich mieszkańców do skorzystania we wtorki i czwartki w godzinach 18:00 - 19:00 z nieodpłatnych treningów prowadzonych na placu do street workout pod opieką trenerów Street Workout Łęczna.**

Projekt przewiduje udział osób na wszystkich stopniach zaawansowania sportowego.

Aktywna Łęczna - Zdrowe Nawyki!

Szczegóły projektu dostępne na witrynach internetowych:

<https://pl-pl.facebook.com/StreetWorkoutLeczna/>

<https://pl-pl.facebook.com/urzadmiejskiwlecznej/>

Zapraszamy również do odwiedzenia witryny internetowej

<https://www.facebook.com/akademiaswc/>

Projekt realizowany jest w oparciu o środki pochodzące z budżetu Gminy Łęczna - Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

•