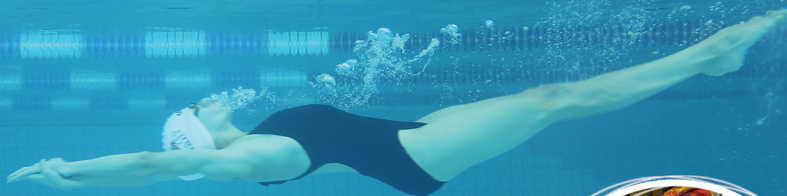


Zapraszamy dzieci nie mające przeciwwskazań do udziału w lekcjach wychowania-fizycznego, ambitne i lubiące zajęcia sportowe na basenie, sali gimnastycznej i w terenie.



Gwarantujemy ciekawe i urozmaicone zajęcia treningowe, wycieczki i obozy, udział w zawodach sportowych, sprawdzianach klubowych i imprezach rekreacyjnych. Treningi prowadzi **wyszkolona kadra trenerska**, absolwenci AWF z przygotowaniem pedagogicznym. **Zapisy do poszczególnych grup** odbywają się drogą e-mail (gkporka@poczta.onet.pl) lub bezpośrednio na basenie ZSO nr 2 przy **ul.Sobieskiego 12 os.Rządź w godzinach 15.30-17.30**

W ROCZNYM PROGRAMIE ZAJĘĆ:

- o Nauka czterech stylów pływackich
- o Treningi biegowe i rowerowe w terenie
 - o Treningi na wodzie (kajaki)
 - o Treningi narciarstwa biegowego
- o Marsze terenowe
- o Gry i zabawy zręcznościowe (łyżworolki, tenis stołowy, kometka, ringo)
- o Zespołowe gry sportowe (unihokej ,p.nożna, koszykówka,siatkówka, p.ręczna)
 - o Bieg na orientację, podchody, strzelanie z broni pneumatycznej

Trenerzy

Michał Niewiadomski | 509 036 326

Damian Goetz | 507 528 376

www.orka.org.pl

