



Aktywne wakacje za nami. Dziękujemy za udział!



Cykl wakacyjnych spotkań pod zbiorczym hasłem „Wyjdź z nami na trening!” dobiegł końca. Entuzjastyczny odbiór ze strony mieszkańców i zadowalająca frekwencja pokazały nam, że było warto. Treningi miały charakter plenerowy, w związku z czym pogoda kilkakrotnie krzyżowała nasze plany, szczególnie na początku i pod koniec wakacji. Mimo to udało nam się zrealizować kilkanaście naprawdę udanych spotkań. Wszystkie przyniosły mnóstwo uśmiechów i pozytywnej energii, a przede wszystkim pozwoliły nam wspólnie zadbać o zdrowie oraz dobrą formę, bez nałogów. Całość zakończyły pożegnalne warsztaty w skateparku na Słotwinie, które odbyły się w minioną sobotę.

Przypomnijmy: W ramach letniego cyklu mieszkańcy i przyjezdni mogli korzystać z bogatej i w pełni bezpłatnej oferty aktywności. Wtorkowe zajęcia ogólnorozwojowe prowadziła Klaudia Jeleń – fizjoterapeutka i trenerka personalna. Dorośli mogli ćwiczyć bez obaw o swoje pociechy, ponieważ w tym samym czasie

dziećmi opiekowały się animatorki z Fiku-Miku. Czwartki należały do Joli Gondek i zumby, czyli energetycznego treningu tanecznego bez ograniczeń wiekowych, w którym mogły uczestniczyć całe rodziny. Ofertę dopełniały soboty w skateparku, gdzie pod okiem instruktorów z Extreme City doskonalono jazdę na rolkach, deskorolkach i hulajnogach. Na miejscu działała wypożyczalnia sprzętu bez opłat. Dzieci i młodzież zaproszono również na brzeski basen - w lipcu i sierpniu druga oraz każda kolejna godzina pływania była całkowicie darmowa dla osób poniżej 18. roku życia.

Do udziału w zajęciach zaprosił Urząd Miejski wraz z Miejskim Ośrodkiem Kultury, Burmistrzem Brzeska Tomaszem Latochą, dyrektorem Wydziału Strategii i Rozwoju UM Barbarą Kuczek, Brzeskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji oraz Fizjo & Fitness Klaudia Jeleń, Zumba Jolka Team, Fiku-Miku Klaudia Solak i Extreme City.

Dziękujemy za udział! Do zobaczenia w przyszłym roku!

Źródło: <https://www.brzesko.pl/aktualnosc/89042,aktywne-wakacje-za-nami-dziekujemy-za-udzial>

Data wydruku: 2026-09-04 09:02:27