



Zumba, gimnastyka, tai chi. To wszystko za darmo - dla seniorów z Iławy!

data aktualizacji: 2023.01.26



Gimnastyka dla iławskich seniorów, pomysł Stowarzyszenia Iławscy Seniorzy, to jeden z projektów - zwycięzców Iławskiego Budżetu Obywatelskiego. Bezpłatne zajęcia ruszą w lutym; rekrutacja już trwa.

Organizatorzy radzą się pospieszyć, bo zainteresowanie jest duże!

Zapisy trwają do 31 stycznia albo do wyczerpania miejsc. Decyduje kolejność zgłoszeń!

- Zapisy przyjmujemy w hali sportowo - widowiskowej na ul. Niepodległości 11b w Iławie (pok. 122), od poniedziałku do piątku w godzinach 7:00 - 14:00 -

podaje Iławskie Centrum Sportu, Turystyki i Rekreacji, które wspiera Stowarzyszenie Iławscy Seniorzy w realizacji projektu. - **Zapisać można się również w Centrum Aktywności Lokalnej na ulicy Wiejskiej w poniedziałki i środy w godzinach 14:00 - 16:00. Zapraszamy do kawiarenki (pok. 28).**

Zajęcia odbywać się będą od poniedziałku do środy, w godzinach 14.30-15.30, w tym:

- w poniedziałek: zajęcia zumby,
- we wtorek: zajęcia gimnastyczne,
- w środę: zajęcia tai chi.

- Ze względu na ograniczoną liczbę godzin zajęć oraz duże zainteresowanie seniorów każda osoba może korzystać z ćwiczeń tylko w jednej grupie. Zapisy prowadzone będą do wyczerpania ilości miejsc w danej grupie - podaje organizator. - Zajęcia trwać będą do wyczerpania środków zaplanowanych na ten cel.

Zajęcia ruszą 6 lutego. Na lipiec i sierpień zaplanowano wakacyjną przerwę.

Red. kontakt@infoilawa.pl.

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/69918-zumba-gimnastyka-tai-chi-to-wszystko-za-darmo-dla-seniorow-z-ilawy>