



Informacja prasowa

Warszawa, 1 marca 2018 r.

Bezpłatne zajęcia sportowe Wystartował program Aktywny Mokotów

Urząd Dzielnicy Mokotów zachęca wszystkich, którzy lubią aktywnie spędzać czas, do skorzystania z oferty zajęć sportowych na obiektach mokotowskich szkół. Zajęcia są bezpłatne i prowadzone pod okiem wykwalifikowanych instruktorów.

Zajęcia odbywają się w wybranych placówkach oświatowych, głównie w szkołach podstawowych i liceach. Do wyboru są nie tylko gry zespołowe, takie jak piłka nożna, siatkówka czy koszykówka, ale również fitness, tenis stołowy i badminton. Dodatkowo, dla osób, które pragną zwiększyć objętość swoich mięśni proponujemy zajęcia na siłowni (poniedziałek, ZSLiT nr 1, Wiśniowa 56, od 15.00 do 17.00). Warto zauważyć, że zajęcia prowadzone są przez trenerów i trenerki, którzy wyjaśnią zasady gier zespołowych oraz doradzają, jak prawidłowo wykonywać ćwiczenia.

Zajęcia będą odbywały się do 27 maja 2018 r, a następnie będą kontynuowane po wakacjach. Zapisy są prowadzone u instruktorów. Pełną listę zajęć wraz z godzinami można zobaczyć na stronie www.mokotow.waw.pl w zakładce „sport”. Zajęcia są bezpłatne, gdyż są finansowane ze środków urzędu.

Szczegółowy program zajęć znajduje się w załączniku.

Dla bardziej dociekliwych osób, które chcą zobaczyć jak wyglądają zajęcia w praktyce, zachęcamy do obejrzenia filmiku promocyjnego z zajęć koszykówki w Zespole Szkół Licealnych i Technicznych nr 1 na ul. Wiśniowej 56, w których wziął udział burmistrz Mokotowa. Filmik do obejrzenia na <https://pl-pl.facebook.com/Olesinski.Bogdan/>

Więcej informacji udziela Monika Chrobak-Budzińska, rzecznik prasowy, Urząd Dzielnicy Mokotów m.st. Warszawy, mchrobak@um.warszawa.pl, tel. +48 22 44 36 333, tel.kom. 786 857 250