

W Wąbrzeźnie „rozruszają” seniorów

W Wąbrzeźnie „rozruszają” seniorów

Data publikacji

28.07.2020 16:28

W Wąbrzeźnie zapraszają seniorów do udziału w „Programie zapobiegania

upadkom dla seniorów w województwie kujawsko-pomorskim”.

Celem programu jest poprawa sprawności fizycznej i wykształcenie nawyku systematycznych ćwiczeń fizycznych uczestników.

Osoby, które ukończyły 60. rok życia i są mieszkańcami Wąbrzeźna będą mogły uczestniczyć w:

- zajęciach podnoszących sprawność fizyczną prowadzonych przez wykwalifikowanego trenera,
- zajęciach promujących aktywność fizyczną.

Zajęcia będą odbywały się od września do listopada 2020 r., 3 razy w tygodniu (czas trwania jednego spotkania – 45 minut).

Warunkiem uczestnictwa w programie jest złożenie deklaracji uczestnictwa w przedsięwzięciu wraz z klauzulą informacyjną w Wydziale Oświaty, Zdrowia, Kultury, Sportu i Rekreacji Urzędu Miasta Wąbrzeźno, ul. Wolności 18, pokój nr 16, w terminie do 7 sierpnia 2020 r.

Szczegółowe informacje pod numerem tel. 56 688 45 40.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <https://wabrzezno.com/2020/07/zapraszamy-seniorow-do-udzialu-w-programie-zapobiegania-upadkom-dla-seniorow-w-wojewodztwie-kujawsko-pomorskim/>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)