



WARSZTATY PROMUJĄCE ZDROWY STYL

dotacja w ramach Otwartego Konkursu
Ofert w terminie 12.03-10.06.2022r.

zadanie dofinansowane z budżetu Gminy Michałowice w ramach dotacji dla
organizacji pozarządowych

WARSZTATY PROMUJĄCE ZDROWY STYL

- ZORGANIZOWALIŚMY WARSZTATY TEMATYCZNE STACJONARNO-CZYNNE Z PRAKTYCZNYM POKAZEM WSPÓŁDZIAŁANIA ZDROWEGO STYLU ŻYCIA Z ĆWICZENIAMI FIZYCZNYMI.
- Pokazaliśmy potrzebę mieszkańcom, osobom w różnym wieku i z różnym podejściem do życia, jak ważne jest zdrowe odżywianie, zbilansowany trening, opcjonalny dla stylu życia i jak bliskie jest porównanie zdrowia ze sportem.

WARSZTATY PROMUJĄCE ZDROWY STYL



WARSZTATY PROMUJĄCE ZDROWY STYL



- Trener wykładowca przekazał zarówno dzieciom jak i dorosłym, swoje doświadczenia, współzależności stylu życia do sportu, wyniesione z różnych klubów europejskich, gdzie był na stażach.
- Wszyscy słuchali z zainteresowaniem, zadając często „trudne” pytania, szczególnie nasi najmłodsi mieli dużo do powiedzenia, ale właśnie taki typ prowadzenia warsztatów, razem z trenerem organizatorem, przyjął trener prowadzący.



WARSZTATY PROMUJĄCE ZDROWY STYL

Następnie trener postanowił poprowadzić zajęcia praktyczne z dziećmi, również w sali, czym doprowadził do szczerych pytań, często zadawanych w konkursach.

WARSZTATY PROMUJĄCE ZDROWY STYL

- Dzieciaki fajnie się bawili, zostali obdarowani różnymi małymi gadżetami, a na końcu trener Robert poczęstował wszystkich lodami. Do zobaczenia na podobnych warsztatach, możliwe że o innej tematyce, za rok!!!
- MIEJSCE REALIZACJI WYKŁADU I CZĘŚCI PRAKTYCZNEJ: Boisko i sala na Orliku w Sokołowie.
- W wydarzeniu wzięło udział ok 70 osób, WYKŁADY + POKAZ TRENINGU FIZYCZNEGO.

